

**PENERAPAN *FORGIVENESS THERAPY* PERSPEKTIF IMAM
AL-GHAZALI TERHADAP KLIEN PECANDU NARKOTIKA
DI LAYANAN REHABILITASI RAWAT JALAN BADAN
NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama

(S. Ag) dalam Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:

Widatul Chasanah

(E07219035)

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2023

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Widatul Chasanah
NIM : E07219035
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Filsafat
Universitas : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa laporan penelitian skripsi ini yang berjudul "PENERAPAN *FORGIVENESS THERAPY* PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI TERHADAP KLIEN PECANDU NARKOTIKA DI LAYANAN REHABILITASI RAWAT JALAN BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR" secara keseluruhan merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali pada bagian – bagian yang terdapat pada rujukan sumbernya.

Surabaya, 06 Januari 2023

Yang bertanda tangan,



Widatul Chasanah

NIM.E07219035

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Oleh:

Nama : Widatul Chasanah

NIM : E07219035

Judul : PENERAPAN *FORGIVENESS THERAPY* PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI TERHADAP KLIEN PECANDU NARKOTIKA DI LAYANAN REHABILITASI RAWAT JALAN BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR.

Ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 08 Januari 2023

Dosen Pembimbing



(Syaifulloh Yazid, MA)

NIP: 197910202015031001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul "PENERAPAN *FORGIVENESS THERAPY*
PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI TERHADAP KLIEN PECANDU
NARKOTIKA DI LAYANAN REHABILITASI RAWAT JALAN BADAN
NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR" yang ditulis oleh
Widatul Chasanah ini telah diuji di depan Tim Penguji pada tanggal 18 Januari
2023.

Tim Penguji:

1. Syaifulloh Yazid, MA
2. Dr. Tasmuji M.Ag
3. Dr. H. Muktafi, M.Ag
4. Nur Hidayat Wakhid Udin, S.H.I., M.A

Penguji I):

Penguji II):

Penguji III):

Penguji IV):

Surabaya, 17 Januari 2023.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat



Prof. Abdul Kadir Rivadi, Ph. D.

NIP:197008132005011003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Widatul Chasanah
NIM : E07219035
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/ Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : chasanahwidat2512@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PENERAPAN *FORGIVENESS THERAPY* PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI TERHADAP KLIEN PECANDU NARKOTIKA DI LAYANAN REHABILITASI RAWAT JALAN BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 31 Januari 2023

Penulis

(Widatul Chasanah)

ABSTRAK

Widatul Chasanah (E07219035), Penerapan *Forgiveness Therapy* Perspektif Imam Al-Ghazali Terhadap Klien Pecandu Narkotika di Layanan Rehabilitasi Rawat Jalan Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur.

Tujuan dari adanya penelitian adalah untuk memberikan motivasi serta *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali kepada penyalahguna narkotika yang mana setiap pribadinya memiliki latar belakang permasalahan yang berbeda-beda dan mereka belum bisa memaafkan dirinya sendiri dan cenderung menyalahkan diri sendiri. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif. Metode pengumpulan data yang digunakan merupakan observasi dan wawancara. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 responden dengan latar belakang permasalahan yang hampir sama dengan salah satu responden diberikan *forgiveness therapy* dan responden lainnya tidak diberikan *forgiveness therapy*, hanya mendapatkan penanganan rehabilitasi dengan metode yang digunakan di layanan rehabilitasi rawat jalan Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur saja. Secara umum, dinamika dari proses *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali responden bermula kepada permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, sehingga responden merasa tertekan, stress dan depresi yang kemudian dilampiaskan kepada penyalahgunaan narkotika dan selanjutnya perasaan bersalah serta cenderung menyalahkan diri sendiri itu muncul pada diri responden. Dalam penulisan skripsi ini sumber primer didapatkan dari wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti di Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur dan sumber sekunder yang merupakan pendukung serta pelengkap informasi didapatkan dari buku, jurnal dan penelitian terdahulu seperti skripsi dan tesis. Dari penelitian yang sudah dilakukan peneliti, didapatkan hasil dari penelitian ini bahwa *Forgiveness Therapy* berhasil dilakukan sebagai penunjang dan terapi tambahan terhadap perubahan hidup pecandu narkotika di layanan BNNP Jatim. Responden yang diberikan *forgiveness therapy* cenderung lebih siap dan yakin untuk melanjutkan hidup dengan senantiasa melakukan perbuatan yang positif dan tidak akan menyalahgunakan narkotika kembali.

Kata Kunci : *forgiveness therapy*, Imam Al-Ghazali, Penyalahguna Narkotika.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB. I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	6
E. Kegunaan Penelitian.....	6
F. Definisi Operasional.....	7
G. Penelitian Terdahulu	10
H. Metode Penelitian.....	14
I. Sistematika Pembahasan	15
BAB. II FORGIVENESS THERAPY	18
A. Pengertian Terapi.....	18
1. Terapi secara umum	18
2. Terapi syukur	20
3. Terapi Gestalt	23
4. <i>Self esteem</i>	25
B. Pengertian <i>Forgiveness</i>	28
1. <i>Forgiveness</i> secara umum	28
2. Kebermaknaan Hidup (<i>Meaning Of Life</i>)	31
C. Imam Al – Ghazali	34
1. Biografi Imam Al – Ghazali.....	34
2. Karya – Karya Imam Al – Ghazali	35
3. Konsep Ajaran Imam Al – Ghazali.....	39
a. Tazkiyatun Nafs	39
b. Muhasabah	42
4. <i>Forgiveness</i> Perspektif Imam Al – Ghazali	45
D. Narkotika dan Pecandunya.....	47
1. Narkotika.....	47
2. Pecandu Narkotika	50
BAB. III BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR DAN PECANDU NARKOTIKA	52
A. Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur	52
B. Rehabilitasi.....	55
1. Struktur Jabatan di Klinik Pratama BNNP Jawa Timur.....	56
2. Metode Rehabilitasi	56
C. Pecandu Narkotika	61
D. <i>Forgiveness Therapy</i>	69
BAB. IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN.....	71
BAB. V PENUTUP.....	78

A. Kesimpulan	78
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah SWT yang paling sempurna, ia diberi akal dan pikiran untuk dapat membedakan mana yang baik dan mana yang buruk sehingga ia tidak salah jalan dalam menjalani hidupnya. Walaupun begitu, takdir dan jalan hidup setiap manusia berbeda – beda, terkadang ada yang banyak cobaan hidupnya dan terkadang pula cobaan hidupnya sedikit. Begitupula terjadi pada pemaknaan cobaan yang diberikan oleh Allah SWT serta cara menghadapinya, setiap orang pastilah memiliki sudut pandang pemaknaan dan penghadapan cobaan tersebut secara berbeda pula. Hal itu lah yang merupakan terciptanya berbagai perilaku – perilaku negatif yang tidak harus dilakukan oleh manusia sebagai bentuk pelampiasan atau bahkan pencarian jalan keluar dalam masalah hidupnya. Seperti yang terkandung dalam Q.S Al-Baqarah ayat 286 yang berbunyi bahwa;

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ ۗ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapatkan pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdo’a): “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya.

Bermaafilah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir”¹.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah tidak akan memberikan cobaan kepada hambanya melewati batas dengan kemampuannya. Jadi jikalau manusia diberikan cobaan oleh Allah, itu sudah pasti sesuai dengan kemampuannya dan sudah ditakar dengan baik oleh Allah sehingga tidak mungkin manusia tidak dapat melewatinya.

Namun, seringkali manusia tidak dapat berfikir jernih dan melampiasikan kesedihan serta beban hidupnya terhadap hal – hal yang negatif seperti melakukan kriminal, tindak asusila, bermain judi, tawuran, pergi ke tempat diskotik dan sebagainya, dan juga menyalahgunakan narkotika dan bahan adiktif lainnya. Hal itu justru yang dapat merusak kehidupan serta pola pikir manusia itu sendiri. Biasanya itu terjadi kepada kalangan muda atau para remaja yang masih mencari jati dirinya yang sebenarnya sehingga seringkali mereka salah dalam mengambil langkah dan terjerumus kepada hal-hal yang bersifat negatif. Seperti yang ada pada buku yang diterbitkan oleh Badan Narkotika Nasional Indonesia bahwa pada tahun 2019 saja sudah didapatkan data sebesar ±7900 ribu penduduk Indonesia yang pernah pakai dan sudah setahun pakai narkotika.² Dan umur yang tercatat dalam pengguna narkotika tersebut berkisar antara 15-64 Tahun dengan penggunaan zat yang berbeda-beda, contohnya adalah shabu, ganja dan ekstasi. Dengan rentannya umur pengguna dari zat tersebut sangat berdampak bagi kehidupan serta kualitas hidup dari masing-masing individu. Karakteristik pengguna dan riwayat

¹ Al-Qur'an Q.S Al – Baqarah/1:286.

² Tim Penyusun, *Indonesia Drugs Report 2020* (Jakarta: Pusat Penelitian Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional, 2020), 3.

kehidupannya juga berbeda-beda, ada yang mengonsumsi zat tersebut dengan maksud ingin menambah stamina saat bekerja, ada yang bertujuan agar tidak tertidur dan ngantuk di malam hari karena jenis pekerjaannya dilakukan pada saat malam hari, dan lain sebagainya. Padahal terdapat banyak sekali dampak negatif yang dimunculkan akibat dari penggunaan zat tersebut, apalagi pengguna yang menggunakan zat tersebut dari semasa remaja yang mana hal itu sangat mempengaruhi pembentukan kepribadian dan *personality* mereka. Watak dan sifat serta kesehatan mereka dipertaruhkan dalam penggunaan zat tersebut. Diantaranya perilaku yang pemarah, sulit konsentrasi, tidak dapat berfikir dengan jernih, timbulnya rasa malas, gangguan pada otak (kognitif), bahkan juga sampai mengalami penyakit-penyakit fisik dan psikis yang lainnya. Bahkan seringkali para pengguna yang mulai sadar akan perbuatan salahnya itu, mereka cenderung menyalahkan dirinya sendiri dan menganggap bahwa dirinya tidak berharga dan sangat hina. Permasalahan – permasalahan hidup yang dialami pengguna mendorong para pengguna untuk melakukan hal itu dan semakin menambah masalah baru yang ditambah dengan masalah inti pada dirinya yang tak kunjung selesai. Hal itulah yang menyebabkan pengguna semakin tidak dapat memaafkan dirinya sendiri dan semakin merasa bersalah terhadap dirinya sendiri dan orang di sekitarnya. Hal itu merupakan gangguan atau distorsi psikis yang harus dihilangkan dari pikiran mereka untuk memulai hidup yang lebih sehat, disiplin, terarah dan mempunyai tujuan hidup yang jelas.

Pada kasus tersebut, para pecandu yang sudah kehilangan *self esteem* membutuhkan penanganan khusus atau rehabilitasi lain yang akan dilakukan dalam mengatasi keluhan serta gangguan pecandu. Di klinik rehabilitasi yang dimiliki oleh Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur sendiri memiliki terapis atau ahli yang berkompeten dalam penanganan kasus yang sudah dipaparkan diatas. Yang mana pada awal mulanya dilakukan proses assessment oleh tim medis, psikolog maupu tim hukum. Setelah itu dapat dilakukan pengelompokan taraf pecandu sudah sejauh mana ia mengonsumsi dan menyalahgunakan narkotika antara pengguna rendah, sedang maupun berat karena di klinik rehabilitasi yang dimiliki oleh Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur ini merupakan klinik rehabilitasi rawat jalan. Yang mana klien yang hanya digolongkan pada pecandu rendah ataupun sedang yang dapat direhabilitasi disini. Selain itu pula akan dilanjutkan proses rehabilitasi dengan mencocokkan metode terapi apakah yang sangat sesuai dengan karakter dan kepribadian klien. Dalam proses rehabilitasi rawat jalan, seringkali disini menerapkan metode CBT (*Cognitive Behavioral therapy*) yang mana dalam penerapannya, klien akan diberikan materi dan tentunya pertanyaan yang harus dijawab oleh klien dengan jujur yang dapat mendorong klien untuk sadar akan perbuatan yang sudah ia lakukan merupakan hal yang negatif dan salah. Namun berbeda lagi dengan para klien yang sudah susah fokus dan sudah cenderung menyalahkan diri sendiri atas apa yang sudah terjadi serta tidak ada hasrat untuk melanjutkan hidup dengan kegiatan yang positif. Klien seperti ini akan

diterapkan metode rehabilitasi yang berbeda dengan yang lainnya serta memerlukan penanganan khusus dalam proses rehabilitasinya.

Maka dari itu, dengan beberapa sistem yang sudah berjalan di Klinik Rehabilitasi rawat jalan yang dimiliki oleh Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur ini, penulis ingin menerapkan salah satu model terapi yang layak dan sesuai digunakan dalam merehabilitasi para pecandu narkotika yaitu *forgiveness therapy*. Penulis meyakini bahwa *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali ini dapat mudah diterima dan diaplikasikan di klinik rehabilitasi rawat jalan Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah

Pada bagian ini bertujuan untuk memberikan batasan – batasan pada masalah yang ada dan akan dibahas oleh penulis didalam penelitian ini sehingga tidak ada kesamaan dan terdapat perbedaan penulisan ini dengan penulisan – penulisan yang ada sebelumnya.

Sesuai dengan penjelasan dalam latar belakang, penelitian ini hanya membahas *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali terhadap pengguna narkotika di Klinik Rehabilitasi Rawat Jalan Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur saja.

C. Rumusan Masalah

Ditinjau dari pemaparan yang sudah tertera diatas, diperlukan adanya rumusan masalah guna membatasi pembahasan yang akan dibahas dalam penulisan ini. Rumusan Masalah ini antara lain sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep *forgiveness* perspektif Imam Al Ghazali?

2. Bagaimana tata cara laksana dari *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali yang digunakan untuk pecandu narkoba di layanan rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur?
3. Bagaimana tingkat keberhasilan dari *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali terhadap perubahan hidup pecandu narkoba di layanan rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada penjelasan tersebut, maka bisa didapatkan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Memaparkan konsep *forgiveness* perspektif Imam Al Ghazali.
2. Memahami cara pelaksanaan dari *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali yang digunakan untuk pecandu narkoba di layanan rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur.
3. Mengetahui tingkat keberhasilan *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali terhadap perubahan hidup pecandu narkoba di layanan rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur.

E. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan dengan jalannya penulisan ini, penulis sangat mengharapkan penulisan ini dapat memberikan tambahan wawasan serta dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca dari segi teori dan praktis.

1. Manfaat dari segi teori
 - a. Dengan adanya kegiatan penulisan ini, diharapkan untuk dapat menambah wawasan, pengetahuan serta ilmu baru bagi para Pelajar, Mahasiswa maupun Masyarakat dalam bidang Tasawuf

dan Psikoterapi khususnya mengenai *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali.

- b. Dari hasil yang dihasilkan dalam penulisan ini diharapkan dapat menambah kontribusi dalam bidang keilmuan Islam dan Psikoterapi.
- c. Dari hasil yang sudah dihasilkan dalam penelitian ini diharapkan juga menjadi salah satu referensi maupun menjadi acuan bagi para pembaca dan penulis lainnya untuk dapat mengkaji lebih dalam lagi mengenai ini.

2. Manfaat dari segi praktis

- a. Didalam penulisan ini diharapkan para pembaca dapat lebih menjaga *mental health* diri sendiri serta dapat lebih menghargai diri sendiri.
- b. Didalam penulisan ini diharapkan para penulis lainnya dapat mengkaji lebih dalam lagi dan lebih detail lagi mengenai ini.
- c. Didalam penulisan ini diharapkan penulis dapat memahami secara jelas dan dapat terus belajar mengenai *forgiveness therapy* perspektif Imam Al-Ghazali.

F. Definisi Operasional

Pada bagian ini bertujuan untuk memperjelas makna dari istilah – istilah yang penulis gunakan dalam penulisan penelitian ini agar menghindari kerancuan dalam pembahasan yang akan dibahas terutama mengenai penjelasan judul yang dipakai dalam penelitian ini. Maka dari

itu, penulis berupaya untuk memaparkan penjelasan dari setiap istilah dari judul yang digunakan seperti dibawah ini:

1. *Forgiveness Theraphy*

Forgiveness Theraphy merupakan sebuah kalimat yang terdiri dari 2 kata yakni *Forgiveness* dan *Theraphy*. *Forgiveness* sendiri dapat diartikan sebagai tindakan pemaafan secara konstruktif untuk menanggapi perilaku yang tidak menyenangkan dari orang lain yang ada di sekitar kita.³ Sedangkan *therapy* yakni usaha untuk merawat, mengobati suatu penyakit serta memulihkan keadaan seseorang yang sakit baik secara fisik maupun psikis.⁴ Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa *Forgiveness Theraphy* adalah suatu proses pemaafan dan bersedia memaafkan diri sendiri atau orang lain guna untuk merawat serta mengobati penyakit psikis sehingga dapat meninggalkan luka atau penyakit yang diderita dan dirasakannya dimasa lalu.⁵

2. Imam Al – Ghazali

Imam Al-Ghazali memiliki nama lengkap Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali ath-Thusi asy-Syafi'i yang lahir di kota bernama Thus pada tahun 450 H/ 1058 M dan meninggal pada usia 52-53 tahun di Thus pada tahun 505 H/ 1111 M. Imam Al-Ghazali merupakan seorang tokoh ilmuwan yang sangat banyak kemahirannya dalam ilmu pengetahuan, seperti fiqh, ushul, filsafat, kalam, mantiq atau logika, tasawuf dan masih banyak yang lainnya. Imam Al-Ghazali

³ Mar'atussholihah, "*Forgiveness* pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai" (Skripsi: UINSA, 2016), 20-21.

⁴ Kamus Besar Bahasa Indonesia. <https://kbbi.lektur.id/terapi>

⁵ Lenny Utama Afriyenti, "Studi Kasus: *Forgiveness Theraphy* untuk Mengurangi Trauma Masa lalu", *Jurnal Syntax Literate*, Vol 7, No 2 (2022), 808.

mempunyai gelar Hujjatul Islam atas pengetahuan dan wawasannya yang luas terhadap bidang ilmu pengetahuan keagamaan.⁶

Imam Al-Ghazali salah seorang tokoh ilmuwan atau sufi yang banyak sekali karya yang telah dihasilkannya, salah satunya yang sangat terkenal sampai pada masa sekarang yakni *ihya' ulumuddin* dan masih banyak yang lainnya. Yang mana dalam buku karya imam Al-Ghazali tersebut dijelaskan tentang sifat manusia, hakikat manusia serta solusi dan pemecahan masalah yang tengah dihadapi oleh manusia. Selain itu pula menjelaskan tentang obat dari penyakit-penyakit hati dalam diri manusia yang timbul di kehidupan sehingga manusia tersebut dapat terhindar dari segala jenis perbuatan tercela yang akan merusak dan meracuni kehidupan manusia.

3. Pecandu narkoba

Pecandu narkoba merupakan seseorang yang memakai dan telah mengalami ketergantungan terhadap narkoba (narkoba, psikotropika dan zat adiktif lainnya). Pecandu narkoba akan cenderung memiliki sifat yang negatif seperti mudah marah, mudah tersinggung, suka menyendiri, suka melamun dan tidak bisa fokus dalam hal apapun. Pecandu narkoba dapat dikatakan sebagai orang yang sakit dalam aspek fisik dan psikisnya. Maka dari itu, ia memerlukan pengobatan secara psikis dan suka spiritualitas agar gangguan pada dirinya yang dihasilkan oleh zat yang telah ia konsumsi tidak dapat merusak dirinya sendiri.

⁶ Ahmad Zaini, "Pemikiran Tasawuf Imam Al – Ghazali", *Jurnal Akhlak dan Tasawuf*, Vol 2, No 1 (2016), 148.

G. Penelitian Terdahulu

1. Skripsi yang ditulis oleh Rizqi Mulia Abadi dengan judul “Konsep Pemaafan Dalam Sistem Hukum Islam Menurut Al-Qur’an”. Penulisan penelitian dilakukan pada tahun 2021 yang bertempat di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam – Banda Aceh. Penulisan ini menggunakan metode penelitian *library research* yang terdapat pembahasan tentang tiga tingkatan dalam memaafkan setiap manusia, yakni dimulai dengan menahan amarah, lalu memaafkan kesalahan mereka dan dilanjutkan mengajak mereka ke dalam perilaku atau perbuatan positif.⁷
2. Skripsi yang ditulis oleh Mar’atussholihah yang berjudul “*Forgiveness* pada remaja yang orang tuanya bercerai”. Penulisan penelitian ini dilakukan pada tahun 2016 yang bertempat di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dan memiliki metode penelitian kualitatif dengan tipe fenomenologi dan mempunyai pembahasan tentang penerimaan keadaan yang tidak diinginkan olehnya serta memaafkan diri sendiri serta keluarganya agar tetap menjalankan hidup dengan sebagaimana mestinya dengan berperilaku positif serta melakukan kegiatan yang bermanfaat.⁸
3. Skripsi yang ditulis oleh Riyo Juana dengan judul “Tobat Seorang Pecandu Narkoba dalam Film Hijrah Cinta”. Penelitian ini ditulis pada tahun 2016 yang bertempat di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

⁷ Rizqi Mulia Abadi, “Konsep Pemaafan Dalam Sistem Hukum Islam Menurut Al – Qur’an“, (Skripsi: UINAR ACEH, 2021), 16.

⁸ Mar’atussholihah, “*Forgiveness* Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai“, (Skripsi: UINSA, 2016), 13.

Surabaya dan memiliki metode penelitian kualitatif dengan tipe analisis semiotik yang berisikan tentang perubahan perilaku seseorang yang semula melakukan perbuatan negatif dan tidak bermanfaat menjadi perilaku positif yang lebih bermanfaat serta senantiasa mengingat dan mendekatkan diri kepada Allah SWT yang sudah sesuai dengan konsep tobat yang sudah dipaparkan yakni kembali ke jalan Allah SWT.⁹

4. Skripsi yang ditulis oleh Ummu Fauziah dengan judul “pengaruh bimbingan konseling agama dalam merehabilitasi tingkah laku pecandu narkoba di pusat rehabilitasi sosial pondok pesantren KH. Ahmad Baidhowi desa Bulu Kandang kecamatan Prigen kabupaten Pasuruan“. Penulisan penelitian ini dilakukan di Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2003 dengan menggunakan metode pendekatan kuantitatif yang berisikan tentang perubahan perilaku para pecandu narkoba setelah dilakukannya bimbingan konseling agama menjadi lebih baik dan sifat yang sebelumnya seperti suka marah, emosi tidak stabil, suka melamun, suka menyendiri dan lain sebagainya tergantikan oleh sikap – sikap positif yang ditunjukkannya sekarang.¹⁰
5. Skripsi yang ditulis oleh Kholifatul Uun Khudiyani dengan judul “Metode mendamaikan dalam Islam (Studi Kasus Penerapan teknik terapi *Forgiveness* pada konflik hubungan pertemanan di SMK 3

⁹ Riyo Juana, “Tobat Seorang Pecandu Narkoba dalam Film Hijrah Cinta“, (Skripsi: UINSA, 2016), 41.

¹⁰ Ummu Fauziah, “Pengaruh Bimbingan Konseling Agama dalam Merehabilitasi Tingkah Laku Pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Sosial Pondok Pesantren KH. Ahmad Baidhowi Desa Bulu Kandang Kecamatan Prigen Kabupaten Pasuruan”, (Skripsi: IAIN, 2003), 13.

Surabaya)”. Penelitian ini ditulis pada tahun 2019 yang bertempat di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan menggunakan metode *field research*. Pembahasan yang dibahas dalam penulisan ini berisi tentang perubahan yang signifikan terjadi dalam diri siswa SMK 3 Surabaya serta perubahan perilaku negatif yang menjadi positif merekatkan pertemanan antar sesama siswa di SMK 3 Surabaya.¹¹

6. Tesis yang ditulis oleh Sofia Halida Fatma dengan judul “Pengaruh Motivasi Memaafkan Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Wanita Melalui *Forgiveness Therapy*”. Penulisan penelitian ini dilakukan pada tahun 2019 yang bertempat di Universitas Muhammadiyah Malang dengan menggunakan desain penelitian *true experimental* serta memiliki pembahasan tentang terjadinya perubahan secara signifikan yang dialami oleh wanita mengenai *Forgiveness Therapy* yang dapat menurunkan kadar atau tingkatan stress wanita.¹²
7. Skripsi yang ditulis oleh Citra Arini Akuba dengan judul “Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Optimisme pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan Depresi”. Penulisan penelitian ini menggunakan metode *preliminary research* yang dilakukan pada tahun 2014 dan bertempat di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Pada penulisan ini berisi mengenai kesimpulan yang

¹¹ Kholifatul Uun Khudayani, “Metode mendamaikan dalam Islam (Studi Kasus Penerapan Teknik Terapi *Forgiveness* Pada Konflik Hubungan Pertemanan di SMK 3 Surabaya)”, (Skripsi: UINSA, 2019), 69-70.

¹² Sofia Halida Fatma, “Pengaruh Motivasi Memaafkan Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Wanita Melalui *Forgiveness Therapy*”. (Tesis: UMM, 2019), 21.

terdapat didalamnya bahwa pemaafan yang tidak berpengaruh dalam optimisme remaja yang tinggal di panti asuhan.¹³

8. Skripsi yang ditulis oleh Ratna Sari dengan memiliki judul “*Hubungan Antara Forgiveness dengan kebahagiaan pada lansia*”. Penulisan dalam penelitian ini dilakukan pada tahun 2022 dan dilakukan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dengan menggunakan metode pendekatan kualitatif serta didalamnya terdapat pembahasan mengenai hubungan antara *forgiveness* dengan kebahagiaan pada lansia yang memang diajukan sebagai hipotesis dalam penelitian tersebut.¹⁴
9. Skripsi yang ditulis oleh Puput Salsabila dengan memiliki judul “Penerapan teknik *forvigeness therapy* terhadap remaja akhir yang mengalami *abusive relationship*”. Penulisan penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten pada tahun 2021 yang menggunakan metode penelitian kualitatif dan berisikan tentang perubahan yang terjadi secara signifikan terhadap remaja yang sudah bisa memaafkan kesalahan pasangannya dan sudah memaafkan atas kejadian yang sudah terjadi.¹⁵
10. Skripsi yang ditulis oleh Siti Muzdalifah dengan memiliki judul “Pendekatan teknik *forvigeness therapy* untuk mengatasi rasa dendam narapidana”. Penulisan penelitian ini dilakukan di Universitas Islam

¹³ Citra Arini Akuba, “Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Optimisme pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan”. (Skripsi: UINSUKA, 2014), 106.

¹⁴ Ratna Sari, “Hubungan Antara *Forgiveness* Dengan Kebahagiaan Pada Lansia”. (Skripsi: UINRI, 2022), 63.

¹⁵ Puput Salsabila, “Penerapan Teknik *Forvigeness Therapy* Terhadap Remaja Akhir yang Mengalami *Abusive Relationship*”, (Skripsi: UINSULHAS, 2021), 74-75.

Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten pada tahun 2020 yang menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian lapangan dan berisikan tentang perubahan positif yang dialami oleh narapidana yang sudah bisa menerima keadaan yang sudah terjadi, menganggap bahwa kasus yang telah lalu merupakan ujian dari Allah SWT dan mengalihkan rasa dendam kepada hal yang lebih positif.¹⁶

Persamaan yang bisa didapatkan dari penelitian ini dengan penelitian terdahulu yakni sama – sama menggunakan teknik *forvigeness therapy* dalam upaya menguji keefektifitasan dari *forvigeness therapy* itu sendiri. Tetapi dilain hal tersebut, terdapat banyak perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, antara lain meliputi terdapatnya *forvigeness therapy* perspektif Imam Al – Ghazali dalam penelitian ini dan tidak ada dalam penelitian sebelumnya, lalu dengan objek yang digunakan dalam penelitian ini adalah para pecandu atau penyalahguna narkotika yang sudah kehilangan self esteem nya yang mana hal tersebut belum digunakan dalam penelitian sebelumnya atau terdahulu.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang akan digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian yang berbasis kualitatif deskriptif. Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan atau *field research* yang mana nanti didalam penelitian ini terdapat studi kasus dan fenomena – fenomena

¹⁶ Siti Muzdalifah, “Pendekatan Teknik *Forvigeness Therapy* Untuk Mengatasi Rasa Dendam Narapidana”, (Skripsi: UINSULHAS, 2020), 86.

yang terjadi di masyarakat terutama terhadap para pecandu narkoba yang kehilangan *self esteem* dan membutuhkan bantuan *forgiveness therapy*. *field research* atau bisa dikatakan penelitian lapangan sendiri yakni sebuah metode pengumpulan data yang tidak perlu mendalami secara mendalam literatur – literatur yang digunakan peneliti sebagai bahan rujukan dalam penulisan penelitian ini. *field research* ini juga bisa dimaknai dengan melakukan observasi secara langsung guna mendapatkan informasi langsung dari narasumber yang peneliti butuhkan agar mendapatkan informasi secara jelas dan akurat untuk kebutuhan penulisan dalam penelitian.¹⁷

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian lapangan adalah sebuah metode dalam suatu penelitian melalui perolehan, pengolahan, penganalisis serta pemaparan data secara objektif dan sistematis dengan tujuan mengungkapkan arti yang ditujukan masyarakat kepada perbuatan dan realita sekitar.¹⁸

I. Sistematika Pembahasan

Dengan bersamanya penulisan penelitian ini, diperlukan adanya sistematika pembahasan yang ditujukan untuk memudahkan para pembaca untuk dapat mengetahui secara rinci sistematika penulisannya serta membantu penulis dalam mengolah dan mengelola data yang akan ditulis dalam penelitian ini secara sistematika pembahasan. Adapun sistematika pembahasan yang terdapat dalam penelitian adala sebagai berikut:

¹⁷ Fadlun Maros dkk,

file:///C:/Users/a%20s%20u%20s/Downloads/PENELITIAN_LAPANGAN_FIELD_RESEARCH_PADA.pdf

¹⁸ Salmon Priaji Martana, “Problematika Penerapan Metode *Field Research* Untuk Penelitian Arsitektur Vernakular di Indonesia”, *Jurnal Dimensi Teknik Arsitektur*, Vol 34, No 1 (2006), 59.

1. Pada bab 1 berisikan tentang pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, identifikasi dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, metode penelitian dan sistematika pembahasan.
2. Pada bab 2 berisikan tentang kajian teori *forgiveness therapy* dalam pengertian yang rinci yang meliputi pengertian terapi dengan sub bab terapi secara umum, terapi syukur, terapi gestalt, dan *self esteem*, lalu pengertian *forgiveness* dengan sub bab *forgiveness* secara umum, dan kebermaknaan hidup (*Meaning of Life*), kemudian Imam Al-Ghazali dengan sub bab biografi Imam Al-Ghazali, karya Imam Al-Ghazali, konsep ajaran Imam Al-Ghazali yang meliputi *tazkiyatun nafs* dan muhasabah diri, dan *forgiveness* perspektif Imam Al-Ghazali, lalu dilanjutkan narkotika dan pecandunya dengan sub bab narkotika dan pecandu narkotika.
3. Pada bab 3 berisikan tentang deskripsi mengenai Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur, Rehabilitasi dengan sub bab struktur jabatan di Klinik Pratama BNNP Jawa Timur, dan metode rehabilitasi, kemudian pecandu narkotika dan selanjutnya *forgiveness therapy*.
4. Pada bab 4 berisikan tentang analisis data yang didapatkan oleh peneliti.
5. Pada bab 5 berisikan penutup yang meliputi tiga kesimpulan yang terdapat dalam penelitian yakni *Forgiveness Therapy* perspektif Imam Al – Ghazali, tata cara penerapannya pada pecandu narkotika dan hasil tingkat keberhasilan *forgiveness therapy* terhadap para pecandu

narkotika, serta berisi saran yang dapat mempermudah pembaca membaca garis besar atau inti dari pembahasan yang dibahas dalam penelitian ini.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

FORGIVENESS THERAPY DAN IMAM AL - GHAZALI

A. Pengertian Terapi

1. Terapi secara Umum

Terapi berasal dari bahasa Yunani yang memiliki makna mengobati atau pengobatan terhadap penyakit kesehatan baik fisik maupun psikis. Terapi memiliki arti atau makna lain yakni sebuah salah satu jenis pengobatan terhadap penyakit dengan menggunakan kekuatan rohani atau batin. Menurut salah satu tokoh psikologi yang bernama Singgih D Gunawan menyatakan pendapatnya bahwa terapi merupakan suatu perawatan bagi kejiwaan seseorang yang mengalami suatu masalah, atau bisa dikatakan dengan penerapan sebuah teknik yang khusus dilakukan untuk pemulihan serta penyembuhan penyakit jiwa dan mental serta pada masalah kesukaran penyesuaian diri.¹ Dalam psikologis sendiri, terapi seringkali disebut dengan psikoterapi, karena terapi merupakan suatu metode penyembuhan dalam psikologi. Terapi memiliki 3 bentuk yang merupakan bagian yang terkandung di dalamnya, antara lain seperti terapi profilaksis atau pencegahan, terapi *abortive* dan selanjutnya yakni terapi *supportive*.

¹ Rusna Mala Dewi, *Terapi Penyimpangan Seksual Lesbian Menurut Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah, 2007), 13.

1. **Terapi *Profilaksis (Pencegahan)*** yakni sebuah terapi yang dilakukan dengan tujuan pencegahan kondisi medis yang muncul.
2. **Terapi *Abortive*** merupakan suatu penanganan terhadap gejala gangguan yang muncul guna menghentikan penyakit dan perkembangannya selanjutnya.
3. **Terapi *Supportive*** adalah menghadirkan kenyamanan untuk pasien atau klien dan bukan lagi suatu cara atau metode untuk mengobati serta memulihkan kondisi medis klien/pasien.¹

Dalam Islam sendiri, terapi dapat melalui sesuatu apa saja yang meliputi Al-Qur'an, haji, puasa, shalat, bertaubat dan juga berdoa.² Adapun tujuan dari terapi sendiri yang terdapat dalam psikoterapi adalah antara lain:³

1. Mengubah kebiasaan / *Habbit* klien/pasien.
2. Mengubah pola pikir dan struktur kognitif individu.
3. Meningkatkan pengetahuan diri klien/pasien.
4. Mengurangi tekanan emosi yang terjadi dalam diri klien/pasien.
5. Meningkatkan kesadaran Individu.
6. Meningkatkan motivasi hidup klien.

¹ Yurika Purnama, "*Bentuk – Bentuk Psikoterapi*", (<http://blogsyurika.blogspot.com/2013/06/bentuk-bentuk-psikoterapi.html>, Diakses pada tanggal 20 November 2022).

² Tiara Nurfalalah Dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam*, (Palembang: Noerfikri, 2016), 116.

³ Ibid, 103.

2. Terapi Syukur

Terapi yakni sebuah kata yang menurut bahasa memiliki makna pengobatan.⁴ Sedangkan syukur memiliki makna mengekspresikan nikmat Allah SWT yang telah diberikan kepada makhluk-Nya dengan memanfaatkan serta menggunakannya untuk hal yang positif dan bermanfaat untuk sekitar kita. Menurut bahasa, syukur dapat diartikan dengan berterimakasih dan merasa puas atas semua kenikmatan yang sudah diberikan oleh Allah SWT baik yang kita inginkan maupun tidak inginkan.⁵

Selain itu, menurut sebagian para ulama menyatakan bahwa syukur juga memiliki asal kata “*syakara*” yang memiliki arti menunjukkan. Pada hakikatnya, syukur merupakan suatu metode untuk menunjukkan nikmat Allah SWT yang telah diberikan kepada kita dengan cara menggunakannya dengan hal yang positif.⁶ Jadi dapat kita simpulkan bahwa terapi syukur adalah sebuah pelatihan psikis atau mental yang ditujukan untuk membiasakan perilaku yang positif dalam upaya memaksimalkan pemberian yang telah diberikan oleh Allah kepada kita secara penuh.⁷ Selain itu juga terapi syukur bisa dikatakan sebagai pengembangan dari potensi fitrah yang lebih menitik beratkan pada kecerdasan manusia dalam menggunakan rezeki yang telah diberikan

⁴ Muhammad Yunus, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989), 120.

⁵ Ahsin W. Al-Hafidz, *Kamus Ilmu Kalam*, (Jakarta: AMZAH, 2008), 278.

⁶ Aura Husna, *Karya dengan Bersyukur: Menemukan Makna Sejati Bahagia dan Sejahtera Dengan Mensyukuri Nikmat Allah*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2013), 110-111.

⁷ Mohammad Takdir, “Kekatan Terapi Syukur dalam Membentuk Pribadi yang Altruis: Perspektif Psikologi Qur’ani dan Psikologi Positif”, *Jurnal Studia Insania*, Vol 5, No 2 (2017), 176.

oleh Allah dengan selalu berpikiran positif dan berprasangka baik kepada Allah SWT.

Terapi syukur sendiri mengacu pada firman Allah dalam kitab suci Al – Qur’an yang berada di dalam Q.S Al – Baqarah ayat 152, Q.S Luqman ayat 12 dan juga Q.S Ibrahim ayat 7. Ayat diatas berbunyi sebagai berikut.

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

“Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan sangat ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku”⁸

وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ يَوْمَنْ يَشْكُرْ فَاِمْأًا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ كَفَرَ

فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ

“Dan sungguh, telah Kami berikan hikmah kepada Lukman, yaitu, “Bersyukurlah kepada Allah Dan Barangsiapa bersyukur (kepada Allah), maka sesungguhnya dia bersyukur untuk dirinya sendiri dan barangsiapa tidak bersyukur (kufur), maka sesungguhnya Allah Maha kaya. Maha Terpuji.”⁹

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

“Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat.”¹⁰

⁸ Q.S Al – Baqarah: 152.

⁹ Q.S Luqman: 12.

¹⁰ Q.S Ibrahim: 7.

Seperti yang menjadi landasan teori atau acuan terapi syukur diatas, terdapat banyak sekali makna – makna yang terkandung dalam ketiga ayat tersebut. Antara lain dibawah ini:

- a) Dapat menjadikan diri menjadi manusia yang lebih tahu berterimakasih
- b) Senantiasa menjadi orang yang melakukan hal – hal serta perbuatan positif
- c) Dapat selalu berpikiran positif dan secara tidak langsung dapat menjaga kestabilan emosi serta meningkatkan kecerdasan kognitif
- d) Menjadi pribadi yang lebih tenang dalam menghadapi suatu persoalan serta menjadikan hati lebih lapang dan ikhlas atas ketentuan kehidupan yang terjadi
- e) Dapat senantiasa memaksimalkan hidup dengan selalu menjalankan perbuatan positif dan dapat menularkannya kepada orang lain.

Ada banyak sekali manfaat dalam melakukan terapi syukur ini, antara lain sebagai berikut:¹¹

- a) Menjadi pribadi yang lebih produktif karena memanfaatkan waktu luang dengan hal – hal yang positif
- b) Mendatangkan rezeki dari arah yang tidak disangka-sangka seperti janji Allah yang sudah disebutkan dalam firman-Nya.

¹¹ Meiliana Dianti, “Terapi Syukur Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Seorang Lansia Penderita *Glaukoma* di Gampengrejo Kediri”, (Skrpsi: UINSA, 2020), 16-18.

- c) Menjadikan hati lebih ikhlas dan lapang serta pengendalian diri yang tenang dan stabil ketika dihadapkan di suatu masalah.
- d) Hidup menjadi lebih berkah dan selalu merasa bahagia.

3. Terapi Gestalt

Terapi gestalt merupakan salah satu pendekatan dalam psikoterapi yang digunakan untuk mencegah, mengobati serta memulihkan keadaan individu yang mengalami suatu persoalan. Terapi gestalt dicetuskan serta dikembangkan pertama kali oleh seorang tokoh yang bernama Frederick S Perls (1893-1970). Ia berasal dari keluarga kalangan menengah kebawah dan lahir di Berlin. Dengan kondisi riwayat pendidikan yang buruk dan gagal pada tingkat tuju sebanyak dua kali, ia akhirnya dapat menyelesaikan pendidikannya dan mendapatkan gelar MD sebagai spesialisasi psikiater serta bergabung menjadi tenaga medis dalam tentara jerman pada saat berlangsungnya perang dunia I di tahun 1916. Kemudian pada tahun 1946, Perls pindah ke Amerika untuk mendirikan Institut terapi Gestalt di New York. Ia juga sering mengadakan seminar serta workshop dan menata karirnya disana sebagai seorang motivator serta inovator psikoterapi dan akhirnya ia mendapatkan pengaruh yang sangat besar pada masyarakat. Perls masuk kedalam orang yang penting tetapi membingungkan. Ia dianggap sebagai pribadi yang manipulatif, bermusuhan. Inspirasional, berwawasan, provokatif, bijak, penuntut dan juga cemerlang. Akan tetapi diluar hal itu, beberapa para peserta yang mengikuti workshopnya

justru menjadi pengikut ajaran terapi gestalt dan menyebarkannya kepada masyarakat.

Terapi gestalt sendiri dapat diartikan dengan suatu pendekatan berbasis fenomenologis-eksistensial yang berdasarkan pada teori mengenai setiap diri haruslah memahami akan konteks hubungannya dengan lingkungannya. Hal ini berfokus pada pemikiran klien terhadap suatu realitas yang berdasarkan kepada hipotesis bahwa manusia akan selalu mencari dan menjadi dirinya sendiri.¹² Perls menyatakan bahwa individu yang mengalami *unfinished bussiness* akan merasakan perasaan dendam dan kesal yang menjadi bentuk paling buruk yang dihasilkan dari *unfinished bussiness* dan menjadi seseorang yang membutuhkan terapi gestalt.¹³ Dibutuhkan perhatian khusus dalam terapi gestalt ini pada sebuah eksistensi dari seorang pribadi yang mengalaminya serta menjelaskan kapasitas penyembuhan dan pertumbuhan melewati hubungan wawasan dan interpersonalnya. Tujuan akhir yang akan diperoleh dalam terapi ini adalah klien dapat menemukan jalan hidupnya sendiri dan sanggup bertanggung jawab atas dirinya sendiri sampai menuju ke puncak kematangan.¹⁴

Terapi gestalt ini menggunakan keterlibatan antara klien dengan konselor secara aktif dan pribadi. Metode aktif dan pribadi yang diterapkan dalam terapi ini tidak hanya meningkatkan tingkat kesadaran

¹² Kholifah, "Teori Konseling: Suatu Pendekatan Teori Gestalt", *Jurnal Al – Tazkia*, Vol 5, No 2 (2016), 110.

¹³ Afitria Rizkiana, "Efektivitas Terapi Gestalt Dalam Memperbaiki Hubungan Interpersonal Pada Pasien Gangguan Psikotik", *Jurnal Procedia*, Vol 8, No 1 (2020), 42.

¹⁴ Muslim Afandi, "Terapi Gestalt dan Implikasinya Dalam Pembelajaran", *Jurnal Kependidikan Islam*, Vol 6, No 1 (2007), 66.

klien saja, tetapi juga akan meningkatkan aspek kesadaran serta perilakunya. Selain itu, metode yang digunakan dalam terapi gestalt ini juga dapat meningkatkan kebebasan, kesadaran serta kontrol diri atau pengawasan diri yang baik oleh klien sehingga konselor tidak perlu mengarahkan apapun kepada klien untuk mencapai tujuan yang akan dicapai.¹⁵

4. *Self Esteem*

a) **Definisi *Self Esteem***

Self Esteem atau biasa disebut dengan penghargaan diri (Harga Diri) mempunyai definisi yang beragam, bahkan banyak tokoh yang merumuskan definisi *Self Esteem* dengan berbeda – beda pula. *Self Esteem* adalah sebuah evaluasi atau ulasan diri yang dibuat oleh diri sendiri untuk dirinya sendiri pada rentang positif menuju negatif.¹⁶ Sedangkan menurut para ahli menyatakan bahwa definisi *Self Esteem* adalah sebagai berikut:

- 1) **Menurut Maslow**, *Self Esteem* adalah salah satu dari bagian – bagian kebutuhan manusia yang harus dipenuhi sebelum memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi lagi.
- 2) **Stuart dan Sundeen** menyatakan bahwa *Self Esteem* yakni sebuah penilaian seseorang terhadap hasil yang diperoleh melalui analisa sampai mana perilakunya untuk memenuhi titik sempurna atau ideal dirinya.

¹⁵ Bukhari Ahmad, “Pendekatan Gestalt: Konsep dan Aplikasi Dalam Proses Konseling”, *Indonesian Journal of counseling and education*, Vol 1, No 2 (2020), 46-47.

¹⁶ Wilis Srisayekti, “Harga Diri (*Self Esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar”, *Jurnal Psikologi*, Vol 42, No 2 (2015), 142.

- 3) **Robinson** mengatakan definisi *Self Esteem* merupakan salah satu bagian yang lebih rinci dari konsep diri dan mengikutkan unsur – unsur dalam evaluasi diri.
- 4) **Rusli Lutan** dengan pendapatnya, memaparkan bahwa *Self Esteem* yakni sebuah penerimaan diri sendiri dan mengakui sendiri bahwa diri kita ini berharga, pantas, berguna dan mampu dalam hal apapun mengenai yang telah terjadi, sedang terjadi maupun yang akan terjadi.
- 5) **Velasco** menyatakan bahwa *Self Esteem* mampu mempengaruhi diri yang pengungkapannya secara online.¹⁷
- 6) **Nathaniel Branden** dengan pendapatnya menyatakan bahwa *Self Esteem* yakni suatu kepercayaan yang terdapat dalam kemampuan untuk menghadapi dan menanggapi persoalan serta tantangan dalam hidup ini.¹⁸

Self Esteem merupakan kebutuhan paling mendasar yang harus dipenuhi oleh manusia. *Self Esteem* juga sangat mempengaruhi perilaku fungsional, motivasi dan kepuasan dalam hidup yang secara signifikan dapat menunjang dan berhubungan dengan kesejahteraan hidup manusia selanjutnya serta dapat menumbuhkan perasaan positif secara universal dalam diri seseorang tersebut. Definisi lain juga disampaikan oleh Abdl Khalek bahwa self esteem adalah sebuah penilaian umum tentang diri sendiri mengenai

¹⁷ Ferdiana Suniya Prawesti, “*Self Esteem* dan *Self Disclosure* Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger”, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, Vol 7, No 1 (2016), 3.

¹⁸ Refnadi, “Konsep *Self-Esteem* Serta Implikasinya Pada Siswa”, *Jurnal Educatio, Jurnal Pendidikan Indonesia*, Vol 4, No 1 (2018), 17.

kemampuan diri, mempunyai suatu hal yang memiliki nilai, serta dapat bernilai dalam pandangan orang lain.¹⁹

b) Aspek – Aspek *Self – Esteem*

Menurut salah satu tokoh yang bernama Coopersmith, terdapat 4 hal yang menjadi aspek – aspek yang terkandung di dalam self esteem, diantaranya adalah sebagai berikut:²⁰

- 1) **Kekuatan (*Power*)**. Yakni sebuah kemampuan dalam hal mengontrol dan mengatur perilaku orang lain yang ditandai dengan beberapa hal seperti, mengatur serta mengontrol tingkah laku orang lain, mengontrol tingkah laku diri sendiri, dan rasa hormat serta pengakuan dari orang lain.
- 2) **Keberartian (*Significance*)**. Adalah sebuah penerimaan terhadap suatu perhatian, kepedulian dan juga afeksi dari orang lain yang ditandai dengan adanya penerimaan diri, popularitas diri, penerimaan dari keluarga ataupun orang tua serta penerimaan dari teman.
- 3) **Kompetensi (*Competence*)**. Merupakan sebuah kemampuan untuk berhasil dalam memenuhi beberapa tuntutan – tuntutan prestasi seperti, berprestasi dengan baik, melaksanakan kewajiban dengan penuh tanggung jawab, dapat menyelesaikan persoalan yang dihadapinya sendiri,

¹⁹ Nadya Puspita Ekawardhani, “Peran Self Esteem dan Self Forgiveness Sebagai Prediktor Subjective Well-Being Pada Perempuan Dewasa Muda”, *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol 3, No 1 (2019), 73.

²⁰ M. Nur Ghufon, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar – Ruzz Media, 2010), 40.

dapat menghadapi situasi dan kondisi sosial serta dapat mengambil keputusannya sendiri.²¹

4) **Kebajikan (*Virtue*)**. Yaitu sebuah kepatuhan yang mengikuti standart etika dan juga moral. Biasanya hal ini ditandai dengan patuh pada norma agama, terdapat kepedulian terhadap orang lain serta patuh pada etika dan moral.

B. Pengertian *Forgiveness*

1. *Forgiveness* Secara Umum

a) Pengertian *Forgiveness*

Forgiveness atau pemaafan sendiri masuk dalam ilmu psikologi dengan kategori *character strength* atau kekuatan karakter, yang mana hal itu merupakan suatu karakter baik atau positif yang mengarahkan dan membimbing pribadi untuk mencapai *trait positif* atau keutamaan yang terdapat dalam perilaku, perasaan maupun pikiran.

Dalam bahasa sendiri, pengertian pemaafan atau *forgiveness* adalah pemberian maaf ataupun ampun kepada seseorang yang bersalah dan tidak dianggap bersalah lagi, serta dapat juga diartikan sebagai penghapusan hukuman yang akan diterima oleh seorang individu yang telah melakukan kesalahan. Sedangkan seorang tokoh bernama Nashroni mengatakan pendapatnya mengenai definisi *forgiveness* itu sendiri yakni sebuah

²¹ Erna, "Hubungan Antara Harga Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa" (Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2013).

perbuatan penghapusan sakit hati beserta dengan dampak yang akan ditimbulkannya seperti urusan hukum dan lain sebagainya.²²

b) Aspek – Aspek dan Tahapan *Forgiveness*

Dalam pengertian *Forgiveness*, McCullough merumuskan aspek – aspek *forgiveness* dalam tiga aspek motivasi yang meliputi:

- 1) ***Avoidance Motivations***. Aspek ini cenderung lebih menghindari bahkan menjauhi siapapun yang telah menyakitinya yang ditandai dengan menghindar dari setiap individu yang dianggap telah menyakitinya.
- 2) ***Revenge Motivations***. Aspek ini lebih menuju ke pembalasan dendam terhadap orang yang telah menyakitinya yang ditandai dengan dorongan dari dalam diri untuk membalas perbuatan seseorang yang dianggap telah menyakitinya.
- 3) ***Benevolence Motivations***. Aspek ini cenderung untuk dapat mengontrol dirinya sendiri dan berbuat positif serta munculnya rasa belas kasihan terhadap seseorang yang telah menyakitinya yang ditandai dengan dorongan dalam diri untuk selalu berbuat baik kepada siapapun terutama dengan orang yang telah menyakitinya.

Sementara itu, dilain tokoh yakni Thompson menjelaskan aspek dalam pemaafan atau *Forgiveness* itu sendiri meliputi beberapa hal antara lain:²³

²² Moh Khasan, “Perspektif Islam dan Psikologi Tentang Pemaafan”, *Jurnal At-Taqaddum*, Vol 9, No 1 (2017), 73-74.

- 1) **Diri sendiri.** Hal ini terjadi karena merupakan sebuah perasaan bersalah serta penyesalan diri terhadap suatu perbuatan atau kesalahan yang telah dilakukan dan menyakiti diri sendiri maupun orang lain.
- 2) **Orang lain.** Hal ini dikarenakan sebuah usaha untuk dapat memaklumi perbuatan si pembuat kesalahan yang selanjutnya muncul perasaan ingin balas dendam pada saat suatu individu menjadi korban dari sebuah permasalahan orang lain.
- 3) **Situasi.** Hal ini merupakan sebuah usaha untuk memulikan situasi dan keadaan yang terjadi pada korban sehingga korban tidak cenderung menyalahkan keadaan dan mengartikan situasi dalam pikiran yang positif.

Seperti yang dikemukakan oleh seorang tokoh bernama Cooper dan Gilbert bahwa dalam *Forgiveness* itu diperlukan beberapa tahapan penting untuk mencapainya, yang diantaranya adalah sebagai berikut:²⁴

- 1) **Tahap Penyesalan.** Pada tahap ini seseorang dapat mencari seluruh emosi yang sedang dirasakannya serta efek samping dari kejadian menyakitkan yang telah dialaminya.
- 2) **Tahap Niat Baik Guna Memunculkan Rasa Penyesalan.**
Pada tahap ini adanya rasa ingin perbaiki terhadap apa yang

²³ Yoseph Pedhu, "Forgiveness Therapi Sebagai Salah Satu Intervensi Terapeutik Dalam Konseling", *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, Vol 7, No 2 (2022), 101.

²⁴ Subandi, "Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan", *Jurnal Psikoislamedia*, Vol 1, No 1 (2016), 28-29.

telah terjadi serta terdapat adanya komitmen untuk melaksanakan pemaafan.

- 3) **Tahap Perbaikan.** Pada tahap ini seseorang dapat menilai orang lain lebih dalam dengan menggunakan empati dan dapat menyetujui rasa sakit yang telah dirasakan.
- 4) **Tahap Perubahan.** Pada tahap ini seseorang sudah dapat mengartikan dengan arti yang sebenarnya dalam kejadian yang sudah dialaminya serta ia dapat mengambil hikmah dan pembelajaran dari pengalamannya.

Beberapa metode dan teknik yang bisa dilakukan dalam proses pemaafan atau forgiveness guna meningkatkan kebermaknaan hidup itu sendiri ada beberapa hal yang meliputi:

- 1) Sharing.
- 2) Penugasan.
- 3) Beberapa Latihan seperti, relaksasi, teknik imagery, psikoedukasi, reframing, serta self-monitoring.
- 4) Review.
- 5) Umpan Balik.
- 6) Refleksi.
- 7) Ceramah.

2. Kebermaknaan Hidup (*Meaning of Life*)

a) Pengertian Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup tidak bisa kita artikan sebagai satu paham yang dilihat dari satu sudut pandang saja, tetapi

kebermaknaan hidup dapat dilihat definisinya lebih dari satu sudut pandang dan tergantung siapa individu yang mengartikannya.²⁵

Seperti pendapat salah satu tokoh bernama Frankl yang mengatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah suatu motivasi dan tujuan utama hidup seseorang yang mana setiap orang akan selalu memiliki motivasi untuk terus melakukan kegiatan yang bermanfaat dan mencapai pada taraf hidup bermakna yang berbeda – beda, karena setiap kondisi, situasi dan juga kejadian yang dialami bahkan termasuk pengalaman penderitaan sekalipun akan tetap memiliki makna yang tersimpan didalamnya.

Definisi kebermaknaan hidup juga banyak mendapatkan perbedaan definisi dari beberapa tokoh yang diantaranya berikut dibawah ini:

- 1) **Ericson.** Mengemukakan pendapatnya mengenai definisi kebermaknaan hidup merupakan sebuah perasaan yang subjektif terhadap segala sesuatu yang terjadi kepada seseorang sudah memiliki kokoh pendirian serta penuh makna, dan juga setiap individu dapat merasa yakin bahwa dirinya sudah melakukan hal yang benar dan tepat terhadap keputusan yang diambil sehingga hubungannya dengan orang lain akan menimbulkan rasa yang penuh arti.
- 2) **Toto Tasmara.** Kebermaknaan hidup yakni segala sesuatu yang bersifat dinamis dan membutuhkan kekonsistensian dalam

²⁵ Riyan Sunandar, “Konsep Kebermaknaan Hidup (*Meaning Of Life*) Pengamal Thoriqoh (Studi Kasus Pada Pengamal Thoriqoh di Pondok Pesantren Sabilurrosyad, Gasek, Karangbesuki, Sukun, Malang)”, (Skripsi: UINMA, 2016), 14.

melakukannya dengan meningkatkan kualitasnya melewati tindakan dan perilaku yang positif yang dapat memunculkan tanggung jawab serta moral yang tinggi.

- 3) **Reker.** Kebermaknaan hidup adalah sebuah arah dan tujuan hidup, kewajiban serta sebab pada eksistensi diri, identitas diri serta kesadaran sosial yang tinggi.

b) Indikator Kebermaknaan Hidup

Ada beberapa indikator dari kebermaknaan hidup itu sendiri, meliputi:²⁶

- 1) Tindakan yang akan dilakukan dipilih secara bebas oleh mereka sendiri.
- 2) Bertanggung jawab secara pribadi atas tindakan yang sudah ia perbuat.
- 3) Kekuatan diluar tidak mempengaruhi dirinya.
- 4) Arti yang cocok dalam dirinya ditemukan olehnya di kehidupannya.
- 5) Akan dapat mengontrol kehidupannya secara sadar.
- 6) Nilai – nilai sikap, pengalaman serta daya cipta akan terungkap.
- 7) Berkomitmen dalam pekerjaannya.
- 8) Meneruskan kehidupan dengan menemukan alasannya.

²⁶ Ibid, 19-20.

C. Imam Al – Ghazali

1. Biografi Imam Al – Ghazali

Imam Al – Ghazali yang mempunyai nama panjang Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al – Ghazali ini lahir pada tahun 450 H/1058 M atau pertengahan abad kelima Hijriyah di salah satu kota di Persia (Khurasan) yaitu Thus.²⁷ Imam Al – Ghazali mendapatkan julukan *Zain Ad-Din Ath-Thusi* dan juga *Hujjatun Islam*.²⁸

Al – Ghazali terlahir dari keluarga yang jujur dan sederhana, ayah beliau pekerjaannya hanya sebagai pemintal wol. Meskipun begitu, ayah beliau adalah seseorang yang senang sekali menuntut ilmu serta berziarah dan mengunjungi beberapa ulama untuk meminta berkahnya, karenanya beliau dalam doanya kepada Allah SWT seringkali meminta agar diberikan anak yang pandai, sholeh dan berilmu. Namun sebelum terkabulkannya doa ayahanda Imam Al-Ghazali, beliau meninggal dunia disaat Al-Ghazali dan adiknya masih kecil, dan sebelum meninggal ayahanda menitipkan Imam Al-Ghazali dan adiknya kepada salah satu sahabatnya yang merupakan seorang sufi untuk bisa dididik menjadi seseorang yang alim dan sufi.²⁹

Al – Ghazali mempelajari banyak sekali ilmu pengetahuan, mulai dari ilmu Fiqh, Kalam Asy'ari bahkan juga ilmu tasawuf. Seperti pada tahun 1073 M, Imam Al – Ghazali memperajari Ilmu Fiqh dengan salah

²⁷ Ahmad Zaini, "Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali", *Jurnal Akhlak dan Tasawuf*, Vol 2, No 1 (2016), 150.

²⁸ Syamsul Rijal, *Bersama Al – Ghazali Memahami Filosofi Alam*, (Jogjakarta: Arruzz Book Gallery, 2003), 50.

²⁹ Hayu A'la Aslami, "Konsep *Tazkiyatun Nafs* Dalam Kitab *Ihya Ulumuddin* Karya Imam Al-Ghazali", (Skripsi: IAIN Salatiga, 2016), 14.

seorang tokoh ulama yang mempunyai nama Ahmad bin Muhammad al-Razkani di kota Thus. Tak hanya itu, ia juga mempelajari Syair – Syair, kalam Asy’ari dan juga sejarah para wali. Sampai pada umurnya ke 18 tahun, Imam Al – Ghazali belajar pada salah satu madrasah yang ada di Thus dan dari Yusuf an – Nassaj salah seorang sufi yang terkenal ia mendapatkan wawasan ilmu Tasawuf. Selanjutnya beliau melanjutkan perjalanan pelajarannya ke ke kota Georgia (Jurjan) dan memperdalam ilmu Fiqh nya dan berguru kepada Abu Nashr al-Isma’ili. Selain Ilmu Fiqh, beliau juga mempelajari beberapa ilmu agama, bahasa Persia dan Arab serta ia akan menuliskan semua pelajaran yang diperolehnya.

Setelah itu, Imam Al-Ghazali kembali ke Thus dan menghafal seluruh pelajaran yang ia dapatkan selama berada di Jurjan. Kemudian ia melanjutkan pergi ke Naisabur pada tahun 473 H dan berguru pada Abu Al-Ma’ali Al-Juwaini dan Imam al-Haramain dan pada beliau-beliau lah Imam al-Ghazali mempelajari Logika, ushul dan juga Fiqh.

Dan dibidang tasawuf ia belajar pada salah seorang pemuka tarekat Naqsabandiyah yakni Abu Ali Fadhal bin Muhammad al-Farmadi.³⁰

2. Karya – Karya Imam Al-Ghazali

Imam Al – Ghazali merupakan pribadi yang cerdas dan termasuk seorang pemikir besar Islam yang produktif menulis karya. Sehingga hal tersebut menjadikan para penulis buku dari sejarahnya tidak bisa mengkasifikasikan secara pasti berapa karya yang sudah dibuat oleh

³⁰ Ainul Mardziah binti Zulkifli, “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali”, (Skripsi: UIN Ar-Raniry, 2018), 49-50.

Imam Al – Ghazali. Sebagian para tokoh peneliti menjabarkan bahwa karya Imam Al – Ghazali berjumlah sebanyak 100 buah yang diantaranya adalah filsafat, akhlak, otobiografi, tasawuf dan ilmu kalam serta karyanya tersebut dituliskan dalam bahasa Persia dan Arab.³¹

Disamping itu, tokoh bernama Ahmad Daudy menyatakan pendapatnya bahwa didalam penelitian yang ditulis oleh Abdurrahman al-Badawi, kitab – kitab yang memiliki kaitannya dengan karya Al – Ghazali memiliki 3 kelompok. Diantaranya adalah:

- a) Kelompok kitab karya Imam Al-Ghazali yang bisa dipastikan kebenarannya dan berjumlah sebanyak 72 kitab.
- b) Kelompok kitab yang diragukan kebenarannya sebagai karya Al-Ghazali dan berjumlah 22 kitab.
- c) Kelompok yang bisa dipastikan tidak aslian dari karya Al-Ghazali dan berjumlah sebanyak 31 kitab.

Kitab – kitab yang ditulis oleh Imam Al-Ghazali adalah sebuah keilmuan yang populer dan masyhur pada zaman kala itu, meliputi tasawuf, tafsir Al- Qur'an, mantiq, ushul fiqh, filsafat dan juga ilmu kalam. Selain pendapat dari Ahmad Daudy, al-Badawi sendiri mempunyai argumen bahwa kitab yang memang karangan Al-Ghazali berjumlah 47 kitab dan diantaranya berjudul sebagaimana berikut:³²

³¹ Muhammad Nawawi Al-Bantani Al-Jawi, *maraqi al ubudiyah Fi syarkhi bidayatul hidayah*, (Semarang: Toha Putra, 2000), 25.

³² Ahmad Zaini, “Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali”, *Jurnal Esoterik Akhlak Tasawuf*, Vol 2, No 1 (2016), 152-153.

- a) *Ihya Ulum Ad-Din*. Kitab ini membahas mengenai keilmuan Agama.
- b) *Al-Iqtishad fi Al-I'tiqad*. Kitab ini berinti pada keilmuan ahli kalam.
- c) *Al-Qisthas al-Mustaqim*. Kitab ini berisi tentang jalan dan solusi menyelesaikan perselisihan pendapat.
- d) *Tahafut Al-Falasifah*. Kitab ini menjabarkan tentang argumen para filsuf yang dilihat dari segi keagamaan.
- e) *Faishal at-Tafriq Baina al-Islam wa al-Zindiqiyah*. Kitab ini berisi tentang perbedaan antara Islam dan Zindiq.
- f) *Al-Munqidz min adh-Dhalal*. Kitab ini memaparkan mengenai tujuan serta rahasia keilmuan.
- g) *Mizan Al-'Amal*. Kitab ini berisi mengenai falsafah ilmu Agama.

Pendapat lain mengatakan mengenai karya – karya yang ditulis oleh Imam Al – Ghazali diklasifikasikan menjadi 4 kategori kitab, diantaranya adalah sebagai berikut:³³

a) Ilmu Filsafat

- 1) *Miyar al-Ilm fi fan al-Mantiq*
- 2) *Maqasid al-Falasifa*
- 3) *Al-Qistas al-Mustaqim*
- 4) *Tahafut al-Falasifa*
- 5) *Mihak al-Nazar fi al-Mantiq*

³³ Ainul Mardziah Binti Dzulkifli, “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali”, (Skripsi: UIN AR-RANIRY, 2018), 61-63.

b) Sufisme

- 1) *Mizan al- 'Amal*
- 2) *Ihya' Ulum ad-Din*
- 3) *Bidayat al-Hidayat*
- 4) *Nasihah al-Muluk*
- 5) *Al-Munqidh min al-Dalal*
- 6) *Minhaj al- 'Abidin*
- 7) *Kimiya-ye Sa'adat*

c) Agama

- 1) *Miskhat al-Anwar*
- 2) *Faysal al-Tafriqa bayn al-Islam Wal-Zandaqa*
- 3) *Al-Iqtisad fil-I'tiqad*
- 4) *Hujjat al-Haq*
- 5) *Tafsir al-Yaqut al-Ta'wil*
- 6) *Jawahair al-Qur'an wa Duraruh*

d) Yurisprudensi

- 1) *Fatawa al-Ghazali*
- 2) *Al-Musthasfa fi 'Ilm al-Ushul*
- 3) *Asas al-Qiyas*
- 4) *Al-Wasit fi al-Mathab*
- 5) *Kitab Tahzib al-Isul*

3. Konsep Ajaran Imam Al-Ghazali

a. *Tazkiyatun Nafs*

Tazkiyatun nafs memiliki arti penyembuhan dan penyucian jika ditinjau dari segi etimologis. *Tazkiyatun Nafs* merupakan upaya membersihkan serta menyucikan sifat *Lathifah rubbaniyah* yang terdapat dalam diri seseorang dari berbagai sifat dan perilaku yang tidak cocok dengan fitrah manusia serta juga akan mengarahkan dan membimbing jiwa ke jalan yang diridhoi oleh Allah SWT.³⁴ Dapat disimpulkan bahwa *tazkiyatun nafs* merupakan salah satu upaya penyucian jiwa guna membersihkan diri dari perbuatan syirik dan lain sebagainya lalu mengisinya dengan tauhid beserta aspeknya dan juga mengisinya dengan meneladani sifat-sifat Allah SWT serta amal ibadah yang disempurnakan.³⁵ Selain itu, *tazkiyatun nafs* juga memiliki definisi yang diargumenkan oleh salah satu tokoh yang bernama Mujaddid Muhammad Abduh bahwa *tazkiyatun nafs* adalah sebuah pendidikan bagi yang dapat mencapai kesempurnaan dengan cara mengkolaborasikan akal dan kesucian jiwa. Selain itu juga dapat diartikan dengan sebuah cara yang digunakan guna diangkatnya jiwa manusia menuju derajat yang lebih tinggi.³⁶

³⁴ Hayu A'la Islami, "Konsep Tazkiyatun Nafs Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin Karya Imam Al-Ghazali", (Skripsi: IAIN Salatiga, 2016), 33.

³⁵ Nur Sayfudin, "Konsep Tazkiyatun Nafs Perspektif Imam Al-Ghozali Dalam Pendidikan Anak", (Skripsi: IAIN Metro, 2018), 23.

³⁶ Mukhammad Zain, "Konsep *Tazkiyatun Nafs* Dalam Membentuk Karakter Ulul Albab", (Skripsi: UINMA, 2021), 25.

Tazkiyatun nafs memiliki tujuan yang akan dicapai dalam akhir dari usaha yang telah dilakukannya, yaitu ketaqwaan kepada Allah SWT. Dan sebagaimana yang sudah terdapat dalam salah satu ayat di Al-Qur'an dibawah ini menerangkan tentang *tazkiyatun nafs*.

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا

“Demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)nya , maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (perilaku) kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya, dan sungguh merugi orang yang mengotorinya.” (Q.S Asy-Syam : 7-10)³⁷

Dalam ayat tersebut memaparkan mengenai seseorang yang menyucikan jiwanya melalui ketaqwaannya terhadap Allah SWT dan tujuan *tazkiyatun nafs* sendiri tidak jauh dari apa yang menjadi tujuan hidup manusia itu sendiri yang mana untuk memperoleh kebahagiaan rohani dan jasmani serta ukhrawi dan duniawi.

Menurut Al-Ghazali sendiri, *tazkiyatun nafs* terdapat dua jalan dalam prosesnya yang berdasarkan kepada kemampuan akal yang mampu melawan hawa nafsu yaitu melewati mujahadah dan riadlah. Menurut al-Ghazali, *tazkiyatun nafs* dilakukan dengan cara mempergunakan akal yang merupakan pemberian dari Allah SWT kepada kita hanya untuk hal – hal yang positif saja dan dapat mengendalikan hal – hal buruk yang mungkin akan terjadi dalam diri kita. Namun selain itu, *tazkiyatun nafs* juga dapat dilakukan

³⁷ Q.S Asy-Syam : 7-10.

dengan pembiasaan akhlak terpuji dan senantiasa menjaga diri dari akhlak yang tercela.³⁸

Tazkiyatun nafs juga memiliki tahapan – tahapan serta proses yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan yang akan dicapainya, antara lain sebagai berikut:³⁹

a) *Takhalliyat al-Nafs*

Merupakan proses dimana hati dan jiwa dikosongkan dari akhlak – akhlak tercela serta fikiran negatif yang muncul dan yang akan menjadi penghalang untuk selalu berdzikir kepada Allah SWT.

b) *Tahalliyat al-Nafs*

Adalah sebuah proses dimasukkannya sifat – sifat terpuji ke dalam hati agar sifat tercela yang sudah dikosongkan sebelumnya akan hilang dan tidak kembali lagi.

c) *Tajalliyat*

Disini adalah suatu proses yang mana batasan antara Allah dan makhluk-Nya dibuka agar manusia dapat melihat terangnya cahaya dari kebesaran Allah dalam hatinya sehingga manusia dapat dengan mudah menerima hidayah dan ma'nuah (nur ilahi) dari Allah yang akan selalu menuntut manusia untuk melakukan perbuatan yang terpuji.

³⁸ Nur Sayfudin, “Konsep *Tazkiyatun Nafs* Perspektif Imam Al-Ghozali Dalam Pendidikan Anak”, (Skripsi: IAIN Metro, 2018), 30-31.

³⁹ Hayu A’la Islami, “Konsep *Tazkiyatun Nafs* Dalam Kitab Ihya’ Ulumuddin Karya Imam Al-Ghazali”, (Skripsi, IAIN Salatiga, 2016), 36.

b. Muhasabah Diri

Muhasabah diri sangat diperlukan untuk membangun dan memperbaiki kehidupan manusia selanjutnya. Muhasabah diri dapat menjadikan diri lebih beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT serta akan lebih dekat dengan-Nya. Muhasabah yakni berasal dari bahasa Arab yang diartikan dengan menghitung. Jadi muhasabah adalah sebuah upaya seseorang dalam menghitung serta mengevaluasi seberapa banyak kebaikan yang belum ia lakukan dan seberapa banyak dosa yang telah ia perbuat.⁴⁰ Selain itu, muhasabah juga bisa diartikan sebagai perenungan terhadap apa yang sudah kita perbuat serta mengintrospeksi sendiri dan melakukan evaluasi serta peningkatan dan perbaikan terhadap perilaku dan sikap kita dari yang sebelumnya. Hal ini tercantum dalam firman Allah pada Q.S Al-Hasyr:18 dan Q.S At-Taubah:26.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَانظُرُوا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍّ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A خَيْرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Wahai orang – orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah maha teliti terhadap apa yang kamu kerjakan.” Q.S Al-Hasyr:18.⁴¹

⁴⁰ Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*, (Jakarta: Hamdalah, 2008), 427.

⁴¹ Q.S Al-Hasyr:18

ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا

وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا ذَلِكَ جَزَاءُ الْكٰفِرِينَ ۝

“Kemudian Allah menurunkan ketenangan kepada Rasul-Nya dan kepada orang – orang yang beriman, dan Dia menurunkan bala tentara (para malaikat) yang tidak terlihat olehmu, dan Dia menimpakan azab kepada orang – orang kafir.” Q.S At-Taubah:26.⁴²

Dalam istilah sufi sendiri, muhasabah memiliki arti sebagai terus menerus menganalisis hati dan jiwa dengan disertai adanya perubahan.⁴³ Disamping itu, muhasabah juga berarti senantiasa memiliki kesadaran secara penuh atas apa yang tengah ia kerjakan dan menyadarinya bahwa segala sesuatunya akan dicatat oleh malaikat yang bertugas serta akan dihisab nantinya diakhirat sehingga ia akan terus memperbaiki diri dan menghindari dari sifat yang tercela.⁴⁴

Dalam buku yang dikarang oleh seorang tokoh bernama Lalu Heri Afrizal dan berjudul Ibadah hati terdapat empat cara bermuhasabah yang dianjurkan oleh Imam Al – Ghazali agar manusia lebih mudah untuk mengetahui kekurangan dalam dirinya. Diantara keempat caranya tersebut adalah sebagai berikut:⁴⁵

⁴² Q.S At-Taubah:26.

⁴³ Azyumardi Azra, *Ensiklopedia Tasawuf*, Jilid II, (Bandung: Angkasa, 2012), 881-882.

⁴⁴ Ainul Mardziah Binti Zulkifli, “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-ghazali”, (Skripsi: UIN AR RANIRY, 2018), 16.

⁴⁵ Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*, (Jakarta: Hamdalah, 2008), 439.

- 1) Meminta bantuan untuk menunjukkan kekurangan diri serta mengawasi dan mengontrol diri dan tidak lupa mengingatkannya kepada teman yang sholeh, jujur serta baik agamanya.
- 2) Memperluas pergaulan serta interaksi sosial dengan orang lain.
- 3) Menghadap kepada kyai atau syekh untuk sekiranya melihat apa saja kekurangan yang ada dalam dirinya dan meminta untuk mengarahkan serta membimbingnya ke jalan yang benar.
- 4) Jika memiliki musuh, gunakan pendapat musuhmu untuk melihat kekurangan dalam dirimu sehingga akan membuat diri lebih terdorong untuk melakukan perubahan dalam diri.

Muhasabah juga memiliki beberapa bentuk yang diperlukan dalam niat introspeksi diri sendiri, diantaranya adalah.⁴⁶

- a) Muraqabah
- b) Mu'aqabah
- c) Musyaratah
- d) Muhasabah
- e) Mu'atabah
- f) Mujahadah

⁴⁶ Iqbal Syafri, Dkk, "Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency", *Jurnal Khazanah Pendidikan Islam*, Vol 2, No 3 (2020), 130.

4. *Forgiveness* Perspektif Imam Al-Ghazali

Forgiveness atau pemaafan masuk ke dalam firman Allah dan disebutkan didalam Q.S Ali Imran: 134. Selain itu juga Nabi Muhammad SAW mengatakan bahwa sesungguhnya orang mukmin tidak disifatkan tidak marah, maka dari itu pemaafan/memaafkan adalah salah satu sifat yang dimiliki oleh orang – orang yang bertaqwa.

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ

يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

“(Yaitu) orang yang berinfak, baik di waktu lapang maupun maupun sempit, dan orang – orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah menintai orang yang berbuat kebaikan.”⁴⁷ Q.S Ali Imran: 134.

Firman Allah yang tertera diatas memaparkan mengenai sikap yang dilakukan oleh seorang mukmin yang ketika dihadapkan dengan seseorang yang mempunyai salah dengannya, ia akan senantiasa melakukan tiga cara yang meliputi, menahan amarah, memaafkannya dan selalu berbuat baik kepada semua orang terlebih lagi kepada orang yang menyakitinya.

Konsep teori pemaafan menurut imam Al-Ghazali sendiri adalah disaat individu yang memiliki hak atas sesuatu dan menggugurkan kewajiban dari orang lain untuk melaksanakan hak

⁴⁷ Q.S Ali Imran: 134.

tersebut (orang yang menimbulkan sakit hati). Karena *Forgiveness* atau pemaafan dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan pada gangguan psikologis seperti kecemasan, kemarahan, depresi serta dapat dijadikan motivasi seseorang untuk tidak membenci orang lain dan membalaskan dendamnya seperti yang dikemukakan oleh McCullough.⁴⁸ Hal ini berkaitan dengan rasa syukur dan terapi sabar yang digunakan dalam Islam untuk mengatasi persoalan psikologis manusia. Dirujuk dari kitab *Ihya' Ulumuddin* jilid 4, Al-Ghazali juga menyebutkan bahwa pemaafan/ *forgiveness* ini masuk ke dalam salah satu aspek olah jiwa atau riyadhah yang sangat berat untuk dilakukan. Riyadhah atau olah jiwa dapat dilakukan untuk menguatkan rohani seseorang dengan cara melakukan empat hal yang antara lain:⁴⁹

- a) Pengendalian makanan
- b) Pengurangan tidur
- c) Pembatasan hasrat untuk berbicara diluar dari kepentingan
- d) Menelan pahitnya atau memaafkan tindakan orang lain yang tidak menyenangkan

Dalam hal-hal yang dapat dilakukan untuk mencapai riyadhah tersebut, memaafkan merupakan yang termasuk ke dalam salah

⁴⁸ Sherli Kurnia Oktaviana, "Terapi Pemaafan untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Remaja Korban Kekerasan", *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, Vol 5, No 1 (2022), 61.

⁴⁹ Saepuloh, <https://tqnnews.com> diakses pada tanggal 24 april 2022.

satunya dan hal itu akan mengantarkan kita pada tujuan-tujuan spiritual.

D. Narkotika dan Pecandunya

1. Narkotika

Narkotika masuk dalam salah satu dari tindakan kejahatan yang sangat susah diberantas dan dihilangkan peredarannya. Maraknya penyalahgunaan narkotika ini sangat membuat pemerintah dan aparat hukum kerepotan dan kebingungan untuk memberantasnya secara tuntas. Apalagi yang pada masa sekarang, peredaran narkotika tidak hanya terjadi di kota – kota besar atau kota metropolitan saja, tetapi sekarang sudah melebar ke lingkungan pendidikan, mahasiswa, pelajar, lingkungan kerja bahkan di pemukiman pedesaan juga.⁵⁰ Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan jumlah pemakai narkotika yang semula hanya 1,80% saja di tahun 2019 menjadi 1,95% di tahun 2021 dengan total akumulasi kurang lebih 4 juta penduduk Indonesia dan pemakai yang tercatat memiliki rentang usia yang berkisar antara 15-64 tahun.⁵¹

Penyebutan narkotika seringkali digabungkan dengan dua nama lainnya yang disebut menjadi NAPZA (Narkotika, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya). Selain itu pengertian narkotika dalam bahasa Yunani berartikan dengan terbius dan tidak merasakan apa – apa sedangkan dalam bahasa Inggris narkotika memiliki makna pembiusan

⁵⁰ Abdul Aziz Hasibuan, “Narkotika dan Penanggulangannya”, *Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan*, Vol 11, No 1 (2017), 35.

⁵¹ Agustinus Widdy H, Dkk, *Indonesia Drugs Report 2022*, (Jakarta: Pusat Penelitian, Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional, 2022).

ataupun peniduran. Secara etimologis sendiri narkotika atau *narcotic* berarti segala hal yang mampu menghilangkan rasa sakit serta nyeri sehingga mampu memunculkan dampak melamun atau *stupor*, obat pembiusan dan bahan bus. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, narkotika merupakan sebuah penghilang rasa sakit dan penenang syaraf sehingga menimbulkan rasa kantuk serta merangsang dalam diri si pengguna. Sedangkan dalam ilmu kedokteran sendiri menyebutkan bahwa narkotika yaitu sebuah zat yang mampu mengatasi rasa nyeri dan sakit yang berasal dari rongga dada dan rongga perut yang dapat memunculkan efek samping melamun atau *stupor* yang cukup lama tetapi masih dalam keadaan yang sadar dan kecanduan atau adiksi yang akan diperoleh dari efek samping penggunaan zat tersebut.⁵²

Dalam Undang – Undang No 35 tahun 2009 pada Pasal 1 Bab 1 menyatakan bahwa narkotika merupakan sebuah obat yang terbuat dari tanaman maupun bukan tanaman sintesis maupun semisintesis yang mampu menyebabkan menurunnya bahkan berubahnya kesadaran, kehilangan rasa, mematikan rasa sakit dan nyeri dan menimbulkan kecanduan. Menurut Undang – Undang nomer 35 tahun 2009 penggolongan narkotika terbagi menjadi tiga jenis, antara lain yaitu:⁵³

- a) Narkotika Golongan I yang terdapat 65 jenis.
- b) Narkotika Golongan II yang terdapat 86 jenis.
- c) Narkotika Golongan III yang terdapat 14 jenis.

⁵² Fransiska Novita Eleanora, “Bahaya Penyalahgunaan Narkotika Usaha Serta Usaha Pencegahan dan Penanggulannya”, *Jurnal Hukum*, Vol 25, No 1 (2011), 441.

⁵³ Ali Azhar Dkk, “Pencegahan, Pemberantasan, Penyalahgunaan, dan Peredaran Gelap Narkotika (P4GN) pada Pesantren”, *Jurnal Inovasi Penelitian*, Vol 1, No 11 (2021), 2464.

Selain itu dalam UU No 22 tahun 1997 Narkotika meliputi zat Tanaman Papever, Opium mentah, Opium masak yang antara lain Jicingko, Morfina, Candu, Daun Koka, Jicing, Tanaman Koka, Damar Ganja, Garam atau turunannya dari Kokaina dan Morfina, Ekgonina dan Kokaina Mentah.⁵⁴

Dampak negatif narkotika memang banyak sekali dan jikalau ada manfaat yang terdapat di dalamnya sangatlah kecil. Maka dari itu, zat narkotika hanya diperuntukkan untuk obat sesuai dengan dosis yang diresepkan oleh dokter yang memang sangat diperlukan untuk penyembuhan dan pemulihan kesehatan bagi seseorang. Berikut merupakan dampak negatif yang dihasilkan oleh penyalahgunaan narkotika dalam seseorang,⁵⁵

- a) **Stimulan.** Hal ini biasanya seseorang akan merasakan rasa gembira serta senang dalam kurun waktu tertentu.
- b) **Adiktif.** Seseorang akan mengalami kecanduan berat atas penyalahgunaan zat narkotika yang secara terus menerus.
- c) **Halusinogen.** Pengguna akan mengalami halusinasi pada waktu – waktu tertentu.
- d) **Depresan.** Seseorang akan mengalami depresi bahkan tidak sadarkan diri dalam penggunaan zat tersebut.

⁵⁴ Fransiska Novita Eleanora, “Bahaya Penyalahgunaan Narkoba Usaha Serta Usaha Pencegahan dan Penanggulannya”, *Jurnal Hukum*, Vol 25, No 1 (2011), 442.

⁵⁵ Bachtiar Dkk, “Bahaya Narkoba dan Strategi Pencegahannya”, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 3, No 2, 379.

2. Pecandu Narkotika

Pecandu narkotika merupakan seseorang yang telah menggunakan zat narkotika dan tidak bisa untuk berhenti mengonsumsinya serta akan menimbulkan dampak – dampak yang terjadi seperti sakau dan gelisah jika keinginan mengkonsumsi zat tersebut tidak terpenuhi. Pada Undang – Undang No 35 tahun 2009 tentang narkotika pasal 1 angka 13 menyatakan bahwa pecandu narkotika yakni seseorang yang telah mengonsumsi serta menyalahgunakan zat narkotika sehingga mengakibatkan ketergantungan baik secara fisik maupun psikis pada zat narkotika tersebut.⁵⁶

Pecandu narkotika tidak hanya terjadi pada kalangan dewasa dan status sosial nya menengah keatas saja, tetapi banyak pula pecandu yang termasuk dari golongan menengah kebawah serta usia yang masih remaja. Usia yang masih remaja dan cenderung masih labil secara emosional akan mudah sekali terpengaruh dalam lingkungan yang negatif dan cenderung menuju ke salah satu kenakalan remaja.

Terdapat banyak sekali faktor – faktor remaja menggunakan zat narkotika dan menjadi pecandu zat tersebut yang salah satunya antara lain:⁵⁷

- a) **Ingin tahu dan coba-coba.** Seseorang yang sudah melihat efek samping yang ditimbulkan dari zat tersebut akan penasaran dan ingin merasakan sendiri efek yang dihasilkan dari mengonsumsi

⁵⁶ Evelyn Felicia, “Kendala dan Upaya Rehabilitasi Bagi Pecandu Narkotika Oleh Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Yogyakarta”, *Jurnal Hukum* 10324, 2015.

⁵⁷ Maudy Pritha Amanda, “Penyalahgunaan Narkoba di Kalangan Remaja”, *Jurnal Penelitian dan PPM*, Vol 4, No 2 (2017), 342-343.

zat tersebut dan secara tidak sadar ia akan merasakan nikmat dan akan terus mengonsumsi zat tersebut secara terus menerus.

- b) **Solidaritas pertemanan/komunitas.** Pada hal ini, seseorang akan mengikuti secara terpaksa maupun tidak terpaksa jika kepala atau orang penting dalam suatu kelompok atau komunitas mengonsumsi narkoba karena ia memiliki solidaritas yang tinggi dan menganggap bahwa mereka sekeluarga dan senasib.
- c) **Ikut – ikutan.** Hal ini terjadi karena terdapat seseorang yang menawarkan barang dan membagikannya secara gratis sehingga orang lain terpengaruh dan ikut untuk mencobanya.
- d) **Ingin terlihat gaya.** Dalam hal ini, pemakai akan merasa dirinya keren, trendy dan percaya diri akan dirinya yang mengonsumsi zat tersebut.
- e) **Menghilangkan rasa sakit dan bosan.**
- f) **Merasa dewasa.**

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI JAWA TIMUR DAN PECANDU NARKOTIKA

A. Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur

Badan Narkotika Nasional dibentuk yang berdasarkan dengan Keppres No. 17 pada tahun 2002 dengan ketetapan MPR yang melalui sidang umum MPR RI dan telah direkomendasikan mengenai perubahan UU No. 22 Tahun 1997 mengenai narkotika kepada Presiden dan DPR RI. Kemudian DPR RI dan presiden meresmikan UU No. 35 tahun 2009 tentang narkotika dan terciptanya lah pilar utama Badan Narkotika Nasional yang diantaranya meliputi, pencegahan, pemberdayaan masyarakat, rehabilitasi serta pemberantasan. Kemudian untuk Badan Narkotika Nasional Provinsi sendiri dibentuk berdasarkan UU No 35 Tahun 2009 dan Peraturan Presiden No. 83 tahun 2007. Dan di Jawa Timur ini sendiri dibawah naungan Badan Narkotika Nasional Provinsi terdapat 17 Badan Narkotika Nasional Kota/Kabupaten.

Badan Narkotika Nasional Provinsi memiliki beberapa fungsi yang sesuai dengan Perka BNN Nomor 3 Tahun 2015 mengenai Organisasi dan Tata Kerja BNNP, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan koordinasi penyusunan rencana strategis dan juga penyusunan rencana kerja tahunan di bidang pencegahan dan pemberantasan penyalahgunaan dan peredaran gelap narkotika, psikotropika, prekursor dan bahan adiktif lainnya yang kecuali bahan

adiktif untuk alkohol dan tembakau yang setelahnya disebut dengan P4GN dalam wilayah provinsi.

2. Pelaksanaan kebijakan teknis di bidang pencegahan, pemberdayaan masyarakat, rehabilitasi, serta pemberantasan dalam wilayah provinsi.
3. Pelaksanaan pembinaan teknis dan supervisi P4GN kepada BNNK/Kota dalam wilayah Provinsi.
4. Pelaksanaan pelayanan hukum serta kerja sama dalam wilayah Provinsi.
5. Pelaksanaan koordinasi serta kerja sama P4GN dengan instansi pemerintah terkait serta komponen masyarakat dalam wilayah Provinsi.
6. Pelayanan administrasi BNNP.
7. Pelaksanaan evaluasi serta pelaporan BNNP.

Sementara itu, BNNP juga memiliki tugas yang harus dilaksanakan BNN dalam wilayah Provinsi, antara lain adalah sebagai berikut:¹

1. Penyusunan serta pelaksanaan kebijakan nasional tentang pencegahan serta pemberantasan penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba serta prekursor narkoba.
2. Pencegahan juga pemberantasan penyalahgunaan serta peredaran gelap narkoba dan prekursor narkoba.
3. Mengkoordinasikan mengenai pencegahan dan pemberantasan penyalahgunaan serta peredaran gelap narkoba kepada Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia.

¹ Dikutip dari https://id.wikipedia.org/wiki/Badan_Narkotika_Nasional_Provinsi

4. Mampu meningkatkan keahlian lembaga rehabilitasi medis dan sosial pecandu narkoba yang diselenggarakan oleh masyarakat maupun pemerintah.
5. Dapat melakukan pemberdayaan masyarakat pada upaya pencegahan penyalahgunaan serta peredaran gelap narkoba dan Prekursor narkoba.
6. Pembuatan laporan mengenai pelaksanaan tugas dan wewenang secara tahunan.
7. Dan lain sebagainya.

Struktur organisasi yang ada pada BNNP Jawa Timur meliputi:

1. Kepala Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur yakni Bapak Brigjen Pol Drs. Mohamad Aris Purnomo.
2. Kabag Umum yakni Ibu Plt. Nur Syahbandiah, S. Farm., Apt.
3. Kabid Pemberantasan dan Intelijen yaitu Bapak Drs. Daniel Y. Katiandagho
4. Kasi Intelijen yaitu Bambang Suharianto, S.H
5. Kasi Pengawasan Tahanan dan Barang Bukti yaitu Ibu Sofi Silvia S. P., S. Kom.

Lokasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur dari tahun ke tahun telah sempat berpindah sampai tiga kali di tempat yang berbeda sampai sekarang ini yang telah menetap di satu tempat. Berikut merupakan

sejarah lokasi yang pernah dijadikan sebagai kantor Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur,²

- a) Tahun 2011 sampai dengan tahun 2013 masih menempati gedung sewa yang bertempat di kompleks Kertajaya Regency A-23, Surabaya.
- b) Tahun 2014 sampai dengan tahun 2018 juga masih menempati gedung pinjam pakai yang bertempat di Jl. Ngagel Madya V No, 22, RT 04/ RW 01, Baratajaya, Gubeng, Kota Surabaya.
- c) Tahun 2019 sampai dengan saat ini sudah menjadi milik BNNP Jatim baik tanah maupun gedungnya yang bertempat di Jl. Raya Sukomanunggal No. 55-56 Surabaya.

B. Rehabilitasi di Klinik Rehabilitasi Rawat Jalan BNNP Jawa Timur

1) Struktur Jabatan Klinik Rehabilitasi Rawat Jalan BNNP Jawa Timur.

Rehabilitasi di klinik pratama rehabilitasi rawat jalan yang dimiliki oleh Badan Nasional Narkotika Provinsi Jawa Timur memiliki beberapa terapis yang berkompeten dalam bidangnya dengan berasal dari profesi dan latar belakang pendidikan yang berbeda-beda, diantaranya dari psikolog, dokter, konselor dan tenaga kesehatan perawat. Struktur jabatan di Klinik Rehabilitasi BNNP Jawa Timur meliputi sebagai berikut:³

² Dikutip dari <https://jatim.bnn.go.id/>

³ Ibid.

Kepala Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur : Drs.

Mohamad Aris Purnomo

Koordinator Bidang Rehabilitasi : dr. Poerwanto Setijawargo

Penanggung Jawab Klinik : dr. Henning Wijayanti

Dokter Layanan : - dr. Abdulah Faisal Bin Zou

- Dr. Henning Wijayanti

- Dr. Munawar Kholil

Psikolog : Yogestri Rakhmahappin. M.Psi., Psikolog

Perawat : - C.H. Ulfa, AMK

- Nurul Intan S.D., Amd Kep

Konselor : - Titik Trisnowati, SKM

- Peni Ratna A. S.Psi

- Arlita Lusiana W. S.Psi

Administrasi : - Rahmad Perdana, S.Pd

- Farhan Ferdiansyah, S.Pd

- Ekawati Norita, Amd., Farm

- Pungky Candra, AMK

- Nur Putra Aliyanto, S. Sos

2) Metode Rehabilitasi Rawat Jalan di Klinik Pratama

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan narasumber yang menjadi salah satu terapis dari klien yang menjalani rehabilitasi rawat jalan, klien pecandu narkoba tidak selalu dengan sukarela mendaftarkan dirinya kedalam klinik rehabilitasi yang dimiliki oleh Badan Narkotika Nasional atau lembaga rehabilitasi lainnya yang ada,

tetapi lebih sering klien melaksanakan rehabilitasi setelah melalui proses dengan TAT (Tim Assesment Terpadu). TAT merupakan sebuah kelompok yang terdapat dalam BNN dan memiliki kewajiban untuk menertibkan rekomendasi proses hukum yang lebih lanjut terhadap tersangka tersa merekomendasikan tersangka untuk dapat menjalankan program rehabilitasi dengan ditinjau dari golongan rendah, sedang atau berat dilihat dari riwayat pemakaian zat narkotika tersebut.

Dari wawancara yang dilakukan dengan psikolog klinik pratama BNNP Jawa Timur didapatkan data bahwa sebelum dilakukannya terapi, klien akan melalui beberapa tahapan pemeriksaan terlebih dahulu, diantaranya adalah:⁴

a. Assesment dengan menggunakan Instrumen ASI

Assesment merupakan sebuah metode pengumpulan informasi dan data klien secara spesifik melalui kegiatan wawancara kepada klien dengan memiliki tujuan sebagai dasar pondasi untuk menyusun rencana terapi, untuk dapat ditentukannya taraf kesiapan dalam proses terapi klien, untuk memperoleh bayangan tentang klien secara mendetail, menyeluruh dan akurat, serta untuk ditentukannya model intervensi yang akan digunakan dalam proses rehabilitasi klien. Instrumen ASI (*Addiction Severity Index*) digunakan disini karena ASI merupakan salah satu metode wawancara semi terstruktur guna memperoleh informasi yang

⁴ Yogestri Rakhmahappin (Psikolog Klinis BNNP Jatim), *Wawancara*, Surabaya 2-4 Januari 2023.

berkaitan dengan kehidupan klien yang berkontribusi pada gangguan dari penggunaan zat tersebut.

Assesment dengan menggunakan intervensi ASI ini merupakan Langkah awal yang mana selanjutnya akan dilanjutkan oleh psikolog atau konselor untuk dilakukannya rawat inap atau rawat jalan kepada klien pecandu narkotika. ASI yang digunakan disini memiliki 7 domain atau 7 bagian yang meliputi domain medis, domain pekerjaan, domain penggunaan NAPZA, domain penggunaan Alkohol, domain hukum, domain keluarga/sosial dan domain psikiatri. Dari ketujuh domain tersebut sehingga dapat ditemukannya lah permasalahan – permasalahan yang ada dalam diri klien yang menjadi penyebab utama klien menggunakan narkotika. Assesment pada klien akan diberikan beberapa form yang meliputi form assist dan respon umpan balik, form ASI, informed consent, lembar persetujuan klien dan wali, rencana rawatan, dan lembar pemberian informasi.

b. Intervensi Sosial

i. MI

MI atau wawancara motivasi adalah sebuah intervensi singkat sederhana yang menggunakan Teknik konseling dasar secara direktif dan berfokus pada adiksi NAPZA yang mempunyai tujuan untuk menggali serta mendapatkan solusi untuk dapat menyelesaikan masalah ambivalensi yang berkaitan dengan perubahan perilaku adiksi. Dalam

hal ini, terapis/ konselor akan melakukan dorongan agar perasaan yang dirasakan oleh klien dapat tercurahkan dan dapat berdiskusi satu sama lain. Kemudian terapis akan memberikan beberapa alternatif penyelesaian dan klien akan memilih sendiri penyelesaian yang cocok dengan dirinya sehingga memunculkan kesepakatan untuk berubah.

ii. CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*)

CBT adalah sebuah bentuk psikoterapi yang berdasar kepada model kognitif yang mana pikiran, perasaan dan perilaku saling berhubungan. CBT ini merupakan terapi yang digunakan dengan menggabungkan prinsip terapi perilaku, belajar sosial serta kognitif yang berorientasi pada perubahan pola pikir yang bertanggung jawab pada seseorang sehingga dapat mendorong pada perubahan perilaku yang dilakukan.

Metode CBT mempunyai tujuan untuk membantu seseorang menyelesaikan masalah, mempertahankan abstinensi atau berhenti penggunaan narkoba, dan menguatkan efikasi diri untuk menemukan kekuatan dalam dirinya dan yakin bahwa perubahan besar dalam dirinya sangat mungkin dilakukan.

iii. Konseling Individu

Konseling Individu diikuti oleh para pecandu yang masih dikategorikan dalam penggunaan rendah dan sedang

serta dilakukan oleh terapis di setiap pertemuan yang diharapkan untuk meningkatkan motivasi hidup klien.

Pada konseling individu terdapat 8 pertemuan yang harus diikuti oleh klien rehabilitasi rawat jalan, antara lain:

- 1) Pada pertemuan pertama rehabilitasi dilakukan setelah proses assesment dilakukan dan akan diberikan beberapa form yang meliputi formulir registrasi pasien SIRENA, formulir rekam medis, absensi rawat jalan, surat persetujuan tindakan, rencana rawatan, form pemberian informasi layanan rehabilitasi, lembar pernyataan residen, lembar persetujuan ortu/wali residen, surat persetujuan klien, ASSIST, URICA, WHOQOOL, penggaris kesiapan, dan kartu umpan balik untuk klien.
- 2) Pada pertemuan kedua dilakukan konseling individu dengan memberikan form desicional balance.
- 3) Pada pertemuan ketiga dilakukan konseling individu dengan memberikan form lembar kerja rencana perubahan.
- 4) Pada pertemuan keempat dilakukan konseling individu dengan memberikan form jadwal harian dan IKM.
- 5) Pada pertemuan kelima dilakukan konseling individu dengan memberikan form analisis fungsional 5W + 1H.

- 6) Pada pertemuan keenam dilakukan konseling individu dengan memberikan form trigger internal.
- 7) Pada pertemuan ketujuh dilakukan konseling individu dengan memberikan form trigger eksternal.
- 8) Pada pertemuan kedelapan dilakukan konseling individu dengan memberikan form lembar kepuasan, whoqool, resume rehabilitasi.

iv. **Konseling Kelompok**

Konseling kelompok dilakukan sebagai langkah terakhir dalam program rehabilitasi rawat jalan. Yang mana klien akan dikumpulkan menjadi satu dan mendapatkan arahan dari psikolog dan konselor yang berbeda-beda tergantung yang dibutuhkan klien.

v. **Terapi Lainnya**

Terapi lainnya dapat berupa psikoterapi yang akan dilakukan sesuai dengan kebutuhan klien untuk dapat menjadi pendukung proses pemulihan klien dari permasalahan yang dihadapinya. Contohnya yakni pemberian *forgiveness therapy*, relaksasi pernafasan, dan regulasi emosi.

C. Pecandu

Dalam hal ini peneliti menggunakan 2 responden yang mereka memiliki permasalahan yang hampir sama dan menjadi penyebab utama klien menggunakan zat narkotika. kedua nya berjenis kelamin laki – laki

dengan satu yang mendapatkan penanganan tambahan *forgiveness therapy* dan satunya tidak mendapatkan terapi tambahan apapun.

Klien pertama

Muhamad Husein Mustafa seorang laki – laki yang berumur 17 tahun beragama Islam, bersuku Jawa dan memiliki riwayat pendidikan terakhir SMP. Klien mengonsumsi Sabu-Sabu dengan cara dihisap dan mulai menggunakan pada tahun 2018 sampai terakhir penggunaannya di bulan September 2022. Tidak hanya itu, klien juga mengonsumsi rokok, alkohol, dan juga Double L.

Setelah menjalani proses assesment dengan psikolog dan tim medis, didapatkan temuan permasalahan klien adalah kurangnya perhatian dari orang tua karena perceraian dan keluarga bahkan mendapatkan kekerasan fisik dari kakak serta pamannya membuat ia merasa sedih dan membutuhkan teman curhat, akhirnya ia memiliki hubungan dengan seorang wanita dan curhat kepada kekasihnya, setelah itu awal tahun 2022 pacar meninggal dunia sehingga ia merasa sangat sedih, depresi dan membuat ia memakai shabu.

Rencana rawatan yang akan dilakukan guna membantu pemulihan keadaan klien didapatkan tujuan tidak ingin menggunakan narkoba lagi dan lebih fokus sekolah, dengan dukungan keluarga yang selalu mensupport klien akan dapat lebih mudah menyelesaikan permasalahan klien yang terdapat di *circle* pertemanan klien yang tidak baik. Sasaran yang ingin dituju yakni hubungan klien dengan orang tua membaik dan klien dapat menjauhi teman – teman yang mengajak pakai narkoba.

Hasil Konseling Individu

- 1) Pertemuan pertama klien datang bersama ibunya dengan penampilan yang rapi, dapat menangkap instruksi konselor dengan baik, kooperatif selama proses konseling, keadaan klien yang ceria dan mood yang hipertimik. Pada pertemuan ini, klien bisa menjalani konseling dengan baik dan ibu klien sudah menunjukkan perhatian serta kepeduliannya terhadap klien. Disini konselor memberikan edukasi mengenai bahaya penggunaan narkoba kepada klien, motivasi berubah klien sudah baik dan klien mampu mengulang informasi yang diberikan oleh konselor. Selain itu, konselor juga memberikan psikoedukasi kepada ibu klien tentang masa perkembangan usia remaja yang rentan.
- 2) Pertemuan kedua ini klien sudah menghindari teman – temannya yang memberikan efek negatif bagi dirinya. Klien datang mengikuti konseling kedua ini dengan keadaan yang rapi, baik dalam menangkap instruksi yang diberikan konselor, kooperatif selama proses konseling dan emosinya juga stabil. Pada konseling kali ini, klien menceritakan mengenai almarhumah mantan pacarnya yang sangat membawa dampak positif bagi dirinya dan menjadi lebih baik, namun ketika mantan pacarnya meninggal membuat klien kembali relapse atau kambuh. Klien menceritakan susah nya membangun kepercayaan kembali kepada kedua orang tuanya dan ia menyalahkan dirinya sendiri atas apa yang sudah terjadi, akan tetapi ia juga sadar konsekuensi yang harus dia terima dan akan mempertanggung jawabkannya. Klien juga sudah berusaha mencari *circle* pertemanan

yang membawa dirinya lebih baik lagi dan menghindari *circle* pertemanan yang membawa pengaruh negatif terhadap dirinya.

- 3) Pertemuan ketiga ini klien datang bersama dengan kekasih barunya. Ia mengatakan bahwa hubungannya ini baru dimulai pendekatan dan ia belum bisa melupakan kekasihnya yang telah meninggal dunia. Klien mengungkapkan rasa sesal dan kecewa kepada diri sendiri karena ia telah banyak mengecewakan orang lain. Klien datang dalam keadaan rapi, masih bisa menangkap instruksi terapis dengan baik dan kooperatif selama jalannya konseling. Pada pertemuan ini terapis memberikan *forgiveness therapy* untuk dapat mengatasi klien agar bisa memaafkan diri sendiri dan masa lalu, dan klien menangis saat berlangsungnya *forgiveness therapy*. Perasaan klien setelah menjalani konseling dan *forgiveness therapy* pada pertemuan kali ini adalah merasa lebih lega dan dapat menyusun rencana perubahan dengan lebih baik.
- 4) Pertemuan keempat klien datang untuk mengikuti konseling dengan berpenampilan rapi, masih bisa menangkap instruksi konselor dengan baik dan kooperatif selama jalannya konseling dan klien menceritakan bahwa semalam ada permasalahan dengan pacar barunya dan sempat memiliki keinginan untuk pakai lagi tapi ditahan oleh klien. Klien masih teringat dengan almarhumah mantan pacarnya dan kegiatan klien sekarang sehari-harinya hanya sendiri atau dengan pacar barunya.
- 5) Pertemuan kelima klien datang untuk mengikuti konseling dengan berpenampilan rapi, masih bisa menangkap instruksi konselor dengan

baik dan kooperatif selama jalannya konseling. Klien sudah sadar akan bahaya dan konsekuensi saat memakai narkoba kembali. Klien sudah merasa keadaannya menjadi lebih baik lagi tetapi klien masih bingung cara membangun kepercayaan pada kedua orangtuanya kembali, klien juga merasa jenuh berada di rumah terus menerus dan membutuhkan refreshing tetapi tidak mendapatkan izin dari orang tua padahal sebenarnya klien sudah bisa mengontrol dirinya dengan baik.

- 6) Pertemuan keenam klien datang untuk mengikuti konseling dengan berpenampilan rapi, masih bisa menangkap instruksi konselor dengan baik dan kooperatif selama jalannya konseling. Pada pertemuan kali ini, klien masih mengeluhkan karena belum bisa membangun kepercayaan kembali kepada orang tuanya dan ia juga masih tidak dipercayai oleh orang tuanya.
- 7) Pertemuan ketujuh klien datang untuk mengikuti konseling dengan berpenampilan rapi, masih bisa menangkap instruksi konselor dengan baik dan kooperatif selama jalannya konseling. Disini keadaan klien sudah benar – benar baik dan sangat ingin berubah dan tidak ingin menggunakan zat narkoba kembali. Klien sudah merasakan hidupnya lebih sehat.
- 8) Pertemuan kedelapan klien datang untuk mengikuti konseling dengan berpenampilan rapi, masih bisa menangkap instruksi konselor dengan baik dan kooperatif selama jalannya konseling. Disini keadaan klien sudah benar – benar baik dan sangat ingin berubah dan tidak ingin menggunakan zat narkoba kembali.

Klien kedua

Bastianes Paramartha Sajjana seorang laki – laki yang berumur 33 tahun beragama Islam, bersuku Jawa dan memiliki riwayat pendidikan terakhir S1. Klien mengonsumsi Sabu-Sabu dengan cara dihisap dan mulai menggunakan pada November 2021 sampai terakhir penggunaannya di bulan April 2022. Tidak hanya itu, klien juga mengonsumsi rokok, dan alkohol.

Setelah menjalani proses assesment dengan psikolog dan tim medis, didapatkan temuan permasalahan klien adalah pasca ditinggalkan oleh istrinya meninggal dunia ketika melahirkan anak keduanya lalu muncul perasaan galau, stress, sering nangis dan tidak fokus kerja membuat alasan utama klien menggunakan narkotika jenis shabu.

Rencana rawatan yang akan dilakukan guna membantu pemulihan keadaan klien didapatkan tujuan untuk pemberhentian mengonsumsi narkotika dengan kekuatan dukungan keluarga dan keinginan yang kuat dari dalam diri klien sendiri untuk berubah dan berhenti menggunakan narkotika. Permasalahan yang masih menjadi hambatan tujuan klien yakni pada *circle* pertemanan dan lingkungan kerja klien. Didapatkan sarannya meliputi hubungan klien dengan keluarga membaik, klien dapat menolak ajakan teman, dan klien dapat menjalani aktivitas rutin yang baik.

Hasil Konseling Individu

- 1) Pada pertemuan pertama ini, klien cukup kooperatif selama proses berlangsungnya konseling. Klien memiliki keinginan untuk sembuh

dari adiksi shabu dan selama pengisian skala URICA, klien tambah membaca pernyataan yang ada dan masih perlu dibimbing untuk pengisian form tersebut. Dalam hal ini klien menyadari bahwa pembelian narkotika yang ia gunakan cukup mengganggu kestabilan ekonomi klien tetapi klien masih menggunakan alkohol sebagai pengalihan untuk tidak memakai shabu.

- 2) Pada pertemuan kedua ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling serta klien banyak bercerita bahkan klien mengeluhkan bahwa ia kurang tidur sehingga mengharuskan ia meminum obat penenang dari dokter (psikiater) dari ayahnya. Klien bercerita bahwa ia sudah tidur dan muncul keinginan menggunakan narkotika kembali kemudian ia teringat kepada sumpahnya dengan dirinya sendiri dan merasakan efek positif setelah tidak memakai narkotika kembali. Klien juga sudah berusaha untuk membatasi pertemanan dengan mem block nomor handphone teman yang mengajak ia memakai narkotika serta pengedar narkotika karena sekarang bagi klien keluarga dan pekerjaan merupakan prioritas utama.
- 3) Pada pertemuan ketiga ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling. Klien bercerita bahwa sampai sekarang ia masih kesulitan untuk tidur dan masih meminum obat tidur dan minum alkohol. Klien sudah mencoba melakukan relaksasi pernapasan namun masih gagal.
- 4) Pada pertemuan keempat ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling. Klien sudah ada kemajuan

untuk tidak mengonsumsi obat tidur dan minum alkohol lagi tetapi masih ada kesedihan karena ditinggal istri yang sudah meninggal dan masih berusaha membiasakan diri serta mencoba menerima keadaan. Klien juga sudah tampak lebih berenergi dari pertemuan sebelumnya. Klien juga sudah meningkatkan aktivitas fisik seperti olahraga dan menata rutinitas baru. Akan tetapi klien masih belum yakin bisa menolak jika narkotika ada di depan matanya.

- 5) Pada pertemuan kelima ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling. Klien sudah bisa menggambarkan karakteristik diri, sudah tidak ada gangguan tidur lagi dan klien mampu menceritakan kejadian lama yang sudah terjadi. Klien sekarang sudah rutin mengikuti kegiatan bersepeda dan sepak bola. Klien menganggap dirinya mudah terpengaruh, merasa sungkan dan pekerja keras tetapi bukan pemimpin.
- 6) Pada pertemuan keenam ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling. Klien sekarang masih rutin mengikuti kegiatan bersepeda dan sepak bola serta sudah tidak ada gangguan tidur lagi.
- 7) Pada pertemuan ketujuh ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling. Klien sudah sangat berusaha untuk menahan tidak menggunakan narkotika lagi walaupun masih merasa tidak yakin.
- 8) Pada pertemuan kedelapan ini klien datang dengan penampilan rapi dan cukup kooperatif dalam proses konseling. Klien sudah bertekad

dan lebih keras lagi usaha untuk tidak mengonsumsi narkoba kembali.

D. *Forgiveness Therapy*

1) *Metode Forgiveness Therapy*

Forgiveness therapy dilakukan dengan cara meminta klien untuk mengungkapkan emosinya, menggali emosi negatifnya terlebih dahulu. Dari situ klien mengungkapkan perasaan kesal, marah, merasa bersalah dan kecewanya terhadap diri sendiri karena telah mengonsumsi narkoba. Kemudian terapis menyalakan musik relaksasi sambil mengajak klien untuk melakukan relaksasi pernapasan guna membuat klien rileks dan tenang serta emosi negatif yang muncul di awal dapat berkurang hingga hilang selama proses terapi.

Lalu masuk kepada inti *forgiveness therapy* dengan tetap menyalakan musik relaksasi, pertama klien diminta untuk memejamkan mata dan membayangkan tempat yang dirasa klien paling nyaman dan tempat yang membuat klien bahagia, mulai dari membayangkan suara, aroma dan suasana di tempat tersebut. Terapis memastikan bahwa klien sudah dalam posisi yang nyaman. Kemudian klien diminta untuk menghadirkan sesuatu yang membuat dia kecewa dan ingin dimintai maaf dalam bayangannya dengan posisi sedang mengobrol, lalu klien akan mengungkapkan rasa bersalahnya, kesedihannya, keadaannya sekarang dan permintaan maaf serta penyesalannya. Setelah itu, klien diminta untuk mengungkapkan bahwa dia sudah memaafkan pihak – pihak yang menyakiti hatinya

dan menjadi alasan klien terjerumus dengan narkoba. Terapis membiarkan klien dengan respon-respon yang mungkin terjadi dalam proses terapi sampai klien dengan sosok yang dihadirkan dalam bayangan klien sudah selesai mengobrol. Klien diminta untuk mendengarkan apa saja yang disampaikan oleh sosok dalam bayangannya.

Kemudian jikalau keadaan klien sudah tenang, klien diperbolehkan untuk membuka mata. Terapis menunggu beberapa saat sampai keadaan klien sudah tenang lalu terapis menanyakan beberapa pertanyaan mengenai terapi yang sudah dilakukan dan melakukan proses konseling. Selanjutnya terapis menanyakan kondisi dan perasaan klien sebelum melakukan *forgiveness therapy* dan setelah melakukan *forgiveness therapy*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Analisis Data

Dari data yang sudah didapatkan, dapat dilihat bahwa klien kedua yang berinisial BPS menggunakan shabu yang dijadikan sebagai pelampiasan terhadap permasalahan yang tengah ia hadapi yakni ditinggalkan meninggal dunia oleh istrinya ketika melahirkan anak keduanya. Klien ini mempunyai 2 anak, anak yang pertama masih berumur 3,5 tahun dan anak yang kedua masih bayi sekitar 8 bulan. Dari hasil assesment, klien tidak hanya mengonsumsi shabu saja, tetapi juga mengonsumsi rokok dan alkohol dengan riwayat pemakaian rokok sejak SMA dan aktif merokok semenjak kuliah sekitar 7-8 batang setiap harinya. Efek yang dirasakan ketika konsumsi rokok enak dan sudah terbiasa, apalagi kalau pemakaiannya dengan teman – teman bisa semakin banyak kuantitas rokoknya bisa sampai 12 batang per hari. Dampak yang terasa jika tidak merokok yakni bibir terasa gatal dan kering. Namun klien sudah beralih ke pemakaian vape sejak 2020. Kemudian konsumsi alkohol sudah sejak kuliah, akan tetapi konsumsinya pada saat dugem bersama teman – teman saja. Efek yang dirasakan klien dari penggunaan alkohol antara lain mual, pusing, ngefly. Lalu pemakaian shabu sejak bulan November 2021 yang ditujukan sebagai pelampiasan untuk menghilangkan stress, galau, sering menangis karena ditinggalkan oleh istri tercintanya ketika

melahirkan anak keduanya, klien juga sering menjadi tidak percaya diri saat bekerja sehingga mendorongnya untuk memakai shabu.

Klien merupakan anak pertama dari 3 bersaudara dengan adik yang nomor 2 perempuan berumur 29 tahun, lalu adik yang nomor 3 laki-laki berumur 27 tahun. Klien saat ini kadang tinggal di rumah mertua karena ada anak yang nomor 1, kadang juga tinggal di rumah orang tua karena ada anak yang ke 2 dan masih bayi.

Klien merasa sangat sedih karena kehilangan istrinya, ia belum bisa menerima kenyataan sampai 2 bulan istrinya meninggal dunia. Ia sering gelisah dan tidak bisa tidur, susah berkonsentrasi, hilang fokus, sering ngeblank, pelupa setelah sebulan pakai shabu.

Dari hasil assesment dan konseling individu yang dilakukan juga menunjukkan hasil peningkatan yang perlahan dari klien. Dari yang awalnya klien sering mendapat gangguan kesulitan untuk tidur dan harus meminum obat tidur dari ayahnya dan meminum alkohol, kini klien sudah tidak menggunakan bantuan obat tidur dan alkohol untuk dapat tertidur meskipun masih sering mendapatkan mimpi buruk. Klien juga sudah menggunakan waktunya untuk hal – hal yang lebih positif seperti berolahraga dan bermain sepak bola. Klien juga sudah ingin berubah dan lebih berfokus kepada keluarga dan pekerjaannya tetapi masih belum yakin kepada dirinya sendiri apalagi disaat dihadapkan dengan zat narkotika didepan matanya, ia akan susah untuk menolak untuk memakainya.

Jika dihubungkan dengan *forgiveness therapy* Imam al-Ghazali dan ajaran imam al-Ghazali, klien nampaknya sudah menunjukkan *tazkiyatun nafs* nya meskipun masih belum bisa dikatakan optimal dikarenakan tidak dilakukannya *forgiveness therapy* perspektif imam al-Ghazali dalam proses pemulihannya. Klien cenderung biasa – biasa saja dan hanya membatasi *circle* pertemannya dengan teman – teman yang memang membawa dampak negatif dalam hidupnya. Klien tidak bisa siap total berubah 100% karena masih tidak adanya keyakinan dalam dirinya jika zat narkotika diberikan kepadanya didepan mata.

Kemudian dari data yang sudah didapatkan mengenai klien pertama ini, merupakan seorang laki-laki berusia 17 tahun yang berinisial MHM. Klien merupakan anak terakhir dari dua bersaudara. Kedua orang tua klien telah bercerai sejak klien masih duduk di bangku Sekolah Dasar. Ayah klien sudah tidak pernah mengunjunginya dan sudah tidak pernah menafkahi keluarganya sejak perceraian tersebut. Sehingga Ibu klien harus bekerja menjadi Satpam di tempat hiburan malam. Ibu klien berangkat bekerja di sore hari dan pulang dini hari, sehingga klien tidak pernah berinteraksi dengan ibunya karena saat pagi hingga siang klien sekolah, sedangkan saat pulang sekolah ibunya masih tidur kemudian sore harinya ibu klien berangkat bekerja. Saat ibu klien pulang dari bekerja dini hari, klien masih tidur. Hal ini membuat klien merasa kurang perhatian dan kehilangan kasih sayang dari kedua orang tuanya.

Hingga pada usia 15 tahun klien mengenal seorang teman wanita yang akhirnya menjadi kekasihnya. Klien mencurahkan segala keluh kesah

kepada kekasihnya, klien juga merasakan mendapat kasih sayang dan perhatian dari kekasihnya. Setelah 2 tahun menjalin hubungan, kekasih klien mengalami sakit jantung hingga akhirnya kekasihnya meninggal. Klien merasa sangat kehilangan kekasihnya. Selama beberapa hari sejak kejadian tersebut, klien merasa sangat sedih, tidak nafsu makan, dan sulit tidur. Klien merasa tidak ada lagi yang perhatian kepadanya, tidak ada lagi orang yang tulus menyayanginya, serta klien merasa kehilangan tempat berkeluh kesah. Kemudian klien mendapat informasi tentang narkotika jenis Amphetamin (Shabu) dari temannya bahwa dengan mengonsumsi Shabu klien dapat melupakan masalahnya dan menjadi lebih bersemangat. Sehingga klien memutuskan untuk mencoba menggunakan narkotika tersebut untuk menghilangkan stress. Setelah beberapa kali penggunaan klien mulai ketagihan, hingga klien kehilangan banyak uang dan akhirnya ditangkap pihak Kepolisian saat sedang bertransaksi membeli Shabu.

Setelah melalui proses Asesmen Terpadu di BNNP Jawa Timur, tim hukum dan tim medis merekomendasikan klien untuk menjalani rehabilitasi rawat jalan di Klinik Pratama BNNP Jawa Timur. Dalam proses rehabilitasi klien menyatakan penyesalannya telah menggunakan narkotika. Klien merasa bersalah kepada kekasihnya yang telah meninggal. Klien merasa seharusnya ia bisa lebih membanggakan kekasihnya dengan berprestasi atau dengan hal positif lainnya, namun klien justru semakin terpuruk dengan penggunaan narkotika dan terjerat kasus hukum. Selain itu klien juga mengungkapkan kekecewaannya kepada kedua orang tuanya yang tidak bisa memberikan kasih sayang dan

perhatian kepadanya. Melihat kondisi ini maka terapis memberikan *Forgiveness Therapy* dalam 1 sesi.

Sebelum diberikan *Forgiveness Therapy*

Klien merasa bersalah terhadap kekasihnya yang telah meninggal karena klien telah menggunakan narkoba hingga terjerat kasus hukum. Klien merasa kecewa dan marah terhadap dirinya sendiri. Klien juga merasa kecewa dengan kedua orang tuanya yang kurang memperhatikannya sejak kecil. Klien merasa dirinya tidak berharga karena tidak ada lagi orang yang peduli kepadanya.

Saat menjalani *Forgiveness Therapy*

Klien menangis tersedu-sedu ketika diminta untuk membayangkan dirinya sedang berbicara dengan kekasihnya dan mengungkapkan permintaan maafnya. Klien juga menangis saat diminta membayangkan kedua orang tuanya, lalu saling memaafkan dengan kedua orang tuanya. Klien juga diminta untuk memaafkan dirinya sendiri atas kesalahan-kesalahan yang pernah ia perbuat.

Setelah mengikuti *Forgiveness Therapy*

Klien merasa lebih lega, ia merasa seperti lepas bebannya. Klien merasa lebih semangat dalam menjalani hidup dan tidak ingin lagi menyalahkan diri sendiri. Klien juga merasa lebih siap untuk menjalani proses rehabilitasi. Klien merasa yakin bahwa ia bisa pulih dan terlepas dari penggunaan narkoba.

Ditinjau dari data yang sudah didapatkan oleh peneliti dan dari analisis data yang sudah dipaparkan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan antara klien yang diberikan penanganan tambahan *forgiveness therapy* perspektif Imam al-Ghazali dengan yang tidak berikan penanganan tambahan *forgiveness therapy* perspektif Imam al-Ghazali. Klien dengan tidak menggunakan *forgiveness therapy* perspektif Imam al-Ghazali sebagai tambahan terapi dalam proses pemulihannya lebih merasa biasa – biasa saja setelah dilakukan konseling dengan menggunakan metode yang digunakan oleh klinik pratama BNNP Jawa Timur, klien bisa menahan dirinya untuk tidak mencari informasi pembelian zat narkotika dan mengalihkannya ke dalam hal yang positif tetapi klien masih tidak yakin kepada dirinya sendiri untuk tidak menerima dan mengonsumsi zat narkotika ketika zat ada di depan matanya.

Sedangkan klien yang menggunakan *forgiveness therapy* perspektif Imam al-Ghazali sebagai tambahan terapi dalam proses rehabilitasinya cenderung sudah siap untuk berubah dan yakin kepada dirinya akan terlepas dari jeratan zat narkotika. Ia merasa lebih lega dan memandang dirinya lebih positif, dimana ia merasa munculnya keyakinan dan semangat dari dalam dirinya. Dilihat dari hasil yang telah didapatkan melalui observasi dan wawancara, pada saat berlangsungnya *forgiveness therapy* klien menangis dengan tersedu-sedu sambil mengikuti arahan dari terapis dan seraya bertengkar dengan dirinya sendiri untuk saling memaafkan satu sama lain dengan semua orang yang terlibat dalam kesedihannya. Hal itu menunjukkan respon yang cukup baik dan bagus

untuk perkembangan pemulihan klien melalui *forgiveness therapy* ini. Berdasarkan penelitian ini dapat kita lihat bahwa *Forgiveness Therapy* dapat membantu pengguna narkoba untuk mengatasi permasalahannya yang dialaminya di masa lampau yang dapat menghambat perkembangannya untuk pulih. Dengan tersampainya rasa saling memaafkan dapat menimbulkan perasaan yang positif pada diri klien serta meningkatkan pandangan diri klien menjadi lebih positif dan lebih bermakna. Sehingga klien dapat lebih optimal dalam menjalani proses pemulihan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan teori dan data serta rumusan masalah yang sudah dipaparkan dari pembahasan awal bab pertama sampai bab terakhir penutup diatas, dapat ditarik beberapa kesimpulan mengenai penerapan *forgiveness therapy* perspektif Imam al-Ghazali terhadap klien pecandu narkoba di layanan rehabilitasi rawat jalan Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur sebagai berikut:

1. Konsep teori *forgiveness* menurut imam Al-Ghazali sendiri adalah disaat individu yang memiliki hak atas sesuatu dan menggugurkan kewajiban dari orang lain untuk melaksanakan hak tersebut (orang yang menimbulkan sakit hati). Karena *Forgiveness* atau pemaafan dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan pada gangguan psikologis seperti kecemasan, kemarahan, depresi serta dapat dijadikan motivasi seseorang untuk tidak membenci orang lain dan membalaskan dendamnya seperti yang dikemukakan oleh McCullough. Hal ini berkaitan dengan rasa syukur dan terapi sabar yang digunakan dalam Islam untuk mengatasi persoalan psikologis manusia. Dalam hal-hal yang dapat dilakukan untuk mencapai riyadhah atau olah jiwa, memaafkan merupakan yang termasuk ke dalam salah satunya dan hal itu akan mengantarkan kita pada tujuan-tujuan spiritual. Secara garis besar, konsep *forgiveness* menurut al-Ghazali ini masuk kedalam

istilah riyadhah atau olah jiwa yang digunakan untuk menuju kepada tujuan spiritual yang akan dicapai.

2. Tahapan–tahapan yang dilakukan untuk melakukan *forgiveness therapy* yang pertama meminta klien untuk mengungkapkan perasaan dan emosi negatifnya terlebih dahulu kemudian sambil dinyalakan lagu–lagu rohani atau musik relaksasi, klien diminta untuk memejamkan mata dan kemudian terapis memandu klien untuk dapat membayangkan serta menghadirkan sosok yang dimintai maaf. Klien juga diarahkan untuk memaafkan dirinya sendiri, orang lain yang keadaan yang sudah terjadi. Biarkan klien dengan beberapa respon yang mungkin terjadi sebagai bentuk imbal balik dari tahapan sebelumnya. Setelah klien tenang, terapis mengarahkan klien untuk mereview kembali keadaan sebelum klien melakukan terapi dan keadaan sesudah klien melakukan terapi.
3. Ditinjau dari data yang diperoleh peneliti dan analisis data yang dilakukan bahwa *forgiveness therapy* sangat berpengaruh kepada kondisi pemulihan klien. Yang mana klien yang satu nya tidak diberikan terapi tambahan forgiveness therapy memiliki kemajuan dan kesadaran yang masih biasa – biasa saja terhadap pentingnya tidak menggunakan dan terjerat narkoba kembali. Tetapi yang satu yang diberikan tambahan forgiveness therapy memiliki kemajuan yang sangat pesat dan sangat yakin kepada dirinya untuk tidak menggunakan dan terjerat narkoba kembali. Jadi dapat disimpulkan

bahwa forgiveness therapy sangat efektif dan berhasil digunakan dalam pemulihan keadaan pecandu narkoba.

B. Saran

Demikian penelitian dan pengembangan dari peneliti berakhir sesuai dengan tujuan penelitian di awal pembahasan, semoga penelitian ini diharapkan menjadi manfaat dan dapat membantu banyak pihak baik dari segi praktis maupun teoritis. Penulis berharap bahwa kajian penelitian mengenai *forgiveness therapy* perspektif Imam al-Ghazali ini tidak berhenti sampai disini saja dan bisa dikembang luaskan dengan penelitian– penelitian terbaru.

Sebagai penutup, peneliti mengucapkan banyak rasa syukur kepada semua pihak yang terlibat dalam membantu dan mendukung dalam penyusunan laporan penelitian ini. Tidak lupa juga rasa syukur yang teramat dalam peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, nikmat serta hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik.

Penulis sadar bahwa dalam penulisan penelitian ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran kepada pembaca dan seluruh pihak agar penulisan penelitian ini maupun penelitian terbaru nantinya dapat menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, Rizqi Mulia. “*Konsep Pemaafan Dalam Sistem Hukum Islam Menurut Al-Qur’an*”, Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Aceh, 2021).
- Afandi, Muslim. “Terapi Gestalt dan Implikasinya Dalam Pembelajaran”. *Jurnal Kependidikan Islam*. Vol 6. No 1. 2007.
- Afriyenti, Lenny Utama. “Studi Kasus: *Forgiveness Theraphy* untuk Mengurangi Trauma Masa lalu”. *Jurnal Syntax Literate*, Vol 7, No 2. 2022.
- Afrizal, Lalu Heri. *Ibadah Hati*. Jakarta: Hamdalah, 2008.
- Ahmad, Bukhari. “Pendekatan Gestalt: Konsep dan Aplikasi Dalam Proses Konseling”. *Indonesian Journal of counseling and education*. Vol 1. No 2. 2020.
- Akuba, Citra Arini. “Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Optmisme pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan”. Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014).
- Al-Jawi, Muhammad Nawawi Al-Bantani. *maraqi al ubudiyah Fi syarkhi bidayatul hidayah*. Semarang: Toha Putra, 2000.
- Amanda, Maudy Pritha. “Penyalahgunaan Narkoba di Kalangan Remaja”, *Jurnal Penelitian dan PPM*. Vol 4. No 2. 2017.
- Aslami, Hayu A’la. “Konsep *Tazkiyatun Nafs* Dalam Kitab Ihya Ulumuddin Karya Imam Al-Ghazali”. Skripsi tidak diterbitkan (Salatiga: IAIN Salatiga, 2016).
- Azhar, Ali. Dkk. “Pencegahan, Pemberantasan, Penyalahgunaan, dan Peredaran Gelap Narkoba (P4GN) pada Pesantren”. *Jurnal Inovasi Penelitian*. Vol 1. No 11. 2021.
- Azra, Azyumardi. *Ensiklopedia Tasawuf*. Jilid II. Bandung: Angkasa, 2012.
- Dewi, Rusna Mala. *Terapi Penyimpangan Seksual Lesbian Menurut Islam*. Palembang: UIN Raden Fatah, 2007.
- Dianti, Meiliana. “Terapi Syukur Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Seorang Lansia Penderita Glaukoma di Gampengrejo Kediri”. Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2020).
- Dzulkifli, Ainul Mardziah Binti. “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali”. Skripsi tidak diterbitkan (Aceh:UIN AR-RANIRY, 2018).

- Ekawardhani, Nadya Puspita. "Peran Self Esteem dan Self Forgiveness Sebagai Prediktor Subjective Well-Being Pada Perempuan Dewasa Muda". *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*. Vol 3. No 1. 2019.
- Eleanora, Fransiska Novita. "Bahaya Penyalahgunaan Narkoba Usaha Serta Usaha Pencegahan dan Penanggulangnya". *Jurnal Hukum*. Vol 25. No 1. 2011.
- Erna. "Hubungan Antara Harga Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa". Naskah Publikasi (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2013).
- Fatma, Sofia Halida. "Pengaruh Motivasi Memaafkan Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Wanita Melalui Forgiveness Therapy". Tesis tidak diterbitkan (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2019).
- Fauziyah, Ummu. "Pengaruh Bimbingan Konseling Agama dalam Merehabilitasi Tingkah Laku Pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Sosial Pondok Pesantren KH. Ahmad Baidhowi Desa Bulu Kandang Kecamatan Prigen Kabupaten Pasuruan". Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2003).
- Felicia, Evelyn. "Kendala dan Upaya Rehabilitasi Bagi Pecandu Narkotika Oleh Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Yogyakarta". *Jurnal Hukum 10324*. 2015.
- Ghufron, M. Nur. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar – Ruzz Media, 2010.
- H, Agustinus Widdy. Dkk. *Indonesia Drugs Report 2022*. Jakarta: Pusat Penelitian, Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional, 2022.
- Hasibuan, Abdul Aziz. "Narkoba dan Penanggulangannya". *Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan*. Vol 11. No 1. 2017.
- Husna, Aura. *Karya dengan Bersyukur: Menemukan Makna Sejati Bahagia dan Sejahtera Dengan Mensyukuri Nikmat Allah*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2013.
- Juana, Riyo. "Tobat Seorang Pecandu Narkoba dalam Film Hijrah Cinta". Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2016).
- Khasan, Moh. "Perspektif Islam dan Psikologi Tentang Pemaafan". *Jurnal At-Taqaddum*. Vol 9. No 1.2017.
- Kholifah. "Teori Konseling: Suatu Pendekatan Teori Gestalt". *Jurnal Al – Tazkia*. Vol 5 No 2. 2016.
- Khudayani, Kholifatul Uun. "Metode mendamaikan dalam Islam (Studi Kasus Penerapan Teknik Terapi Forgiveness Pada Konflik Hubungan Pertemanan

- di SMK 3 Surabaya”. Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019).
- Mohammad Takdir. “Kekatan Terapi Syukur dalam Membentuk Pribadi yang Altruis: Perspektif Psikologi Qur’ani dan Psikologi Positif”. *Jurnal Studia Insania*, Vol 5. No 2. 2017.
- Mar’atussholihah. “Forgiveness pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai”. Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2016).
- Martana, Salmon Priaji. “Problematika Penerapan Metode *Field Research* Untuk Penelitian Arsitektur Vernakular di Indonesia”. *Jurnal Dimensi Teknik Arsitektur*, Vol 34. No 1. 2006.
- Muzdalifah, Siti. “Pendekatan Teknik Forgiveness Therapy Untuk Mengatasi Rasa Dendam Narapidana”. Skripsi tidak diterbitkan (Banten: Universitas Islam Negeri Sultan Hasanuddin Banten, 2020).
- Nurfalah, Tiara. Dkk. *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam*. Palembang: Noerfikri, 2016.
- Oktaviana, Sherli Kurnia. “Terapi Pemafaan Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Remaja Korban Kekerasan”. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*. Vol 5. No 1. 2022.
- Pedhu, Yoseph. “*Forgiveness Therapy* Sebagai Salah Satu Intervensi Terapeutik Dalam Konseling”. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*. Vol 7. No 2. 2022.
- Prawesti, Ferdiana Suniya. “*Self Esteem* dan *Self Disclosure* Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger”. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. Vol 7. No 1. 2016.
- Refnadi. “Konsep *Self-Esteem* Serta Implikasinya Pada Siswa”. *Jurnal Educatio, Jurnal Pendidikan Indonesia*. Vol 4. No 1. 2018.
- Rijal, Syamsul. *Bersama Al – Ghazali Memahami Filosofi Alam*. Jogjakarta: Arruzz Book Gallery, 2003.
- Rizkiana, Afitria. “Efektivitas Terapi Gestalt Dalam Memperbaiki Hubungan Interpersonal Pada Pasien Gangguan Psikitik”. *Jurnal Procedia*. Vol 8. No 1. 2020.
- Salsabila, Puput. “Penerapan Teknik Forgiveness Therapy Terhadap Remaja Akhir yang Mengalami Abusive Relationship”. Skripsi tidak diterbitkan (Banten: Universitas Islam Negeri Sultan Hasanuddin Banten, 2021).
- Sari, Ratna. “Hubungan Antara Forgiveness Dengan Kebahagiaan Pada Lansia”. Skripsi tidak diterbitkan (Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022).

- Sayfudin, Nur. "Konsep Tazkiyatun Nafs Perspektif Imam Al-Ghozali Dalam Pendidikan Anak". Skripsi tidak diterbitkan (Metro: IAIN Metro, 2018).
- Subandi. "Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan". *Jurnal Psikoislamedia*. Vol 1. No 1. 2016.
- Sunandar, Riyan. "Konsep Kebermaknaan Hidup (Meaning Of Life) Pengamal Thoriqoh (Studi Kasus Pada Pengamal Thoriqoh di Pondok Pesantren Sabilurrosyad, Gasek, Karangbesuki, Sukun, Malang)". Skripsi tidak diterbitkan (Malang: UINMA, 2016).
- Srisayekti, Wilis. "Harga Diri (*Self Esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar". *Jurnal Psikologi*. Vol 42. No 2. 2015.
- Syafri, Iqbal, Dkk. "Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency". *Jurnal Khazanah Pendidikan Islam*. Vol 2, No 3. 2020.
- Tim Penyusun. *Indonesia Drugs Report 2020*. Jakarta: Pusat Penelitian Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional, 2020.
- W, Ahsin & Al-Hafidz. *Kamus Ilmu Kalam*. Jakarta: AMZAH, 2008.
- Yunus, Muhammad. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989.
- Zaini, Ahmad. "Pemikiran Tasawuf Imam Al – Ghazali". *Jurnal Akhlak dan Tasawuf*, Vol 2, No 1. 2016.
- Zain, Mukhammad. "Konsep *Tazkiyatun Nafs* Dalam Membentuk Karakter Ulul Albab". Skripsi tidak diterbitkan (Malang: UINMA, 2021).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A